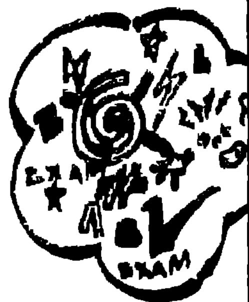
করম্ন পরিক্ষাদ **MARK** যাম্ন ফংগনি







- করম্ন **INTELLIGENT** হেনগৎহনগনি
- ... করম্ন পাগনি
- ...য়ন লানগনবশিং
- ...চাং ব্রাংখৎহন্নব পান্থৈশিং

ইংলিসতগী-থৌনাওজহ অশোক

★ মী অয়াম্বন মিনিট ১ দ রাইহ ১০০ দগী চাংচন্তা লাইরিক পাবৈ। অদুবু নহাক্না Finger technique শীজিন্নরবদি মিনিট ১দ রাইহ ৩০০ দগীন ৫০০ ফাওবদি ইলাই লায়ন পাগনি। থুন পায়রবদি revise তৌবদ মতম চংলোই, থুন পয়া কাগনি, memory গী চাংস্থ রাংগনি।

★ অমুক্তদ মতম শাংনা লাইরিক পাগদু মরক্তা ঙাইহাক ঙাইহাক পোথাও হায়না সাইনটিষ্টশিংনা হায়রি। মরক্তা ঙাইহাক ঙাইহাক পোথাবনা নীংশিংবগী চাং য়াংহল্লি, হকচাং চোকথহন্দে অমদি হেন্না intelligent ওইহল্লি।

★ হৌজিক, তমথিবা পয়াশিংদু কাওদনবা নহাক্না করি তৌবা তারে? থুন পাবা ঙম্বা করম্না থুদোম্বী শীজিন্নগনি? মরক্তা ঙাইহাক পোংথাবনা করম্না memory গী চাং য়াংথহল্লিবনো? ফাজবা-শিংসি লাইরিকশিংগী মথুংদা লৈবা নহাক্না পোঠদনা থেং-নরগনি। অদুন চেনাশিংসি হাংদোকউ অদুগ পুক্নীং চঙনা পাবা হৌ ৮০।

করম্না পরিক্ষাদ মার্ক য়াম্না ফংগনি



ইন্টরনেসনেল ষ্টেণ্ডর্ড বুক নম্বর—৮১-৮৫৬৮১·০০০৭
অকোংব—স্প্রিং পাব্লিকেসনস

কোভর এণ্ড ইলেসট্রেশনস—সনসম বসন্ত রাজ

অহানবব থুংনম—১৯৯৫
অনীশুব থুংনম—১৯৯৫
অহুমশুব থুংনম—২০০০
লাইরিক ফংফম—*Students Exercise book Centre*
Wahengbam Leikai Imphal
—795001—

লাইরিক নম্ফম—ষ্টেণ্ডর্ড প্রেস
পাওনা বাজার, ইম্ফাল

য়াওরিবশিং

[illegible]

পরিক্ষা অম পাস তৌব হায়বসি ছাত্র অমগী মুকম্লদি মায় থাকপ অমনি। ছাত্র অমাদগী পাক্নমনু মসিনি। অসিগুম পরিক্ষা কয়া পাস তৌরব তুংদ interview নত্রগ competition নচিংব কয়া অমমু মাওংদৌরিবনি, মতুদ মায় পাক্লগদি মহাক পুন্সি মচৈ মালেব নত্রগ মায় পাক্নব মীশক অম হায়বত্থু ওইগদৌরিবনি মতাং-সিদ পোলোইগী পুন্সি মচৈ য়াবব অসিগ অতাং ওইরিবৈগী পরিক্ষাদ পাস তৌব হায়বসিগ অমৌসি মরী লৈনরক্তই মসমসি পরিক্ষা মচা মচাশিং লাম্থোকপ ওমত্রবগি তুংদ অরাংব থাকী interview য়াওবগী চাপ লৈরোই। অদুন School অমসি University দ ফিজিক্স, কেমেস্ত্রি, ইকোনোমিক্সনচিংব তত্নীব অসিগুম কয়ম্ মায় পাকদগে হায়ব theory অসিম্ তোপ তোপ্প subject অম ওইন ওবগী তঙাই-ফদব মতম ওইরক্লি মরমদি মালেমসিদ হীংলিব মী পুম্নমক তাত্ররিবসি মায় পাকপনি doctor ওইন, সাইন্টিষ্ট ওইন, অইব ওইন, শৈগকপ ওইন, businessman ওইন, শাম্নরোই ওইন, নত্রগম্ মা মান পাম্ব ওবগী মতুং ইন্ন করিগুম্ব'ম ওইন।

"করম্ পরিক্ষাদ মার্ক য়াম ফংগনি" হায়হেসি নত্রগ লাইরিক মসিংসি হেক তাবদ, "এ! অতুক লায়ব য়াত্ববু, লাইরিক কম পাও মার্ক য়াম অতুমক ফংজনি।" অমুম কনাগুম্বন হেক ইলায় লায়ন হায়রকনি। 90% হায়রকনি। অদুবু নহাক্র করম্ কম পাগদগে হায়ন মখোয়দ হং-জিন্নুরিবদি অচুম্ব পাওখুম ফংবগী মতুম নঙোন্ন মরৈ তৌরকনি নত্রগ নহাকপু অচৈ লৈংকনব মী ত্রাগনগনি। অদুন-নুমিদ য়াকমদি "করম্" হায়ব য়াহং-অসিগী পাওখুম থিবনি। [illegible] য়াহং-অমগী পাওখুম থিরকপদ ছাত্রশিংদ থরদং ওইববমু ক্লাসগী থত্নুন লাইরিকসি "Mind Power study Technique" ওগী শরুক থরক লৌ-খোত্নুন মীতৈলোন্দ পুখোকচবনি। পাত্নব volume মচা অসিগী ছাত্রশিংন কারব থরদং ফংবিব্বদি হোৎনবগী মচৈ য়াম্লেংগনি। লোয়নন লাইরিক অসিগী অশোয় অরান অমদি হেম ফগৎনবগী য়াথদ-অচিংব করিগুম্ব তাকপীয়রকপমু তরায় লৌশিন্নগনি।

—থৌনাওজম [illegible]

১

পরিক্ষাদ মার্ক য়াম্ন কংনব পাম্মৈ থন্ন

তাক্কক অসিদ নৈনগদৌরিবসি নংহাক্ক পরিক্ষা অম থাব মতমদ্র করম্ন অম্নাইব মওংদ মার্ক য়াম্ন কংব ওমগদগে হায়বসী মতাংদনি।

পরিক্ষা চংলমদাইদ চাক চাগন্নু :—পারক্ষা চংলমদাইগী পুং ৩ গী মমাঙ কাওবদ চাক নত্রগ ভলনচিংব পুক লুম চীঞ্জাক য়াম্ন চাশিনগন্নু।

মসি করিগীনো হায়ব থওনব ঐখোয়গী digestion System সি নৈনসি। ঐখোয়ন পোং অম চাব মতমদ অহানবদ কুপ শাই, মহুদ চীঞ্জাক্কু কুপথরক্কুন Saliva গ তিনশিন্নৈ। মতুংদ চাকথাওদ চঙখি। মকমহুদ চীঞ্জাক্কু পুং ৩ দগীন ৪ কাওব নৈ। চাকথাওন তুম্নব মহী পুথোক্কুন চীঞ্জাক্কুগ তিনশিন্নহল্লি। মতৌ অসুম্ন ঐখোয়ন চাখিব চীঞ্জাক্কু তুমখি। মহুগী তুংদ চীঞ্জাক্কু থীম্নিন মচাদ কুমথগ্রগনি অহুগ মফম অহুদ কান্নগদব মচি ওইব শরুক মথৈ হকচাংন লৌশিলহৌরে। অরোইবদ অরেম্ন কান্নদবশিংন্থু অমাংব ওইন মপান্দ চংখি।

চীঞ্জাক অম তুমহনবদ ইনর্জি চঙই। চীঞ্জাক তুমহনবদ চঙব ইনর্জিগী চাংন্থু চাকথাওদ মতোমত থাজিনখিনবগী হৈ, শিংবন্থু মীওইবগী মথা মমুংদ লৈজে। ঐখোয়ন চাক চারব তুংদ চাকথাওগী অকোয়ব মফমশিংদ ঈ চেনশিনব হেনগংলকই। হকচাংগী অতৈ মফমশিংদন ঈ চেনব লেপ্লকই। অহুন ব্রেইনদ ঈ চেনব হম্মরুকই। মরম অসিননি ঐখোয়ন চাক তোক্লব মতুংদ তুম্নীংব অমদি ভনব কাওরিবন্থু। মসিন ,তাক্লে, মহুদি চাক চাগ্রব মতুংদ মতম থরদি নহাকী হৈ-শিংব, inte-lligence, IQ. নত্রগ শম্ন হায়রবদ নহাকী brain power ন্থু থরদি শোম্বহল্লি। মতমদি পুং ২ ওইব য়াই, ৩ ওইব য়াই নত্রগ ৪ ওইব য়াই। মন্থু নহাক্ক চাম্নিব চীঞ্জাক্কুগী মথা পোল্লি।

পরিক্ষা কমক্সিডৈদ করিগুম্ন নংহাক্ক পুক্ক লাম্ন কাওরবদি উটৈ চাওঁ। (শেম, অম্নাথবীগুম্ন) মরমদি উটৈদি চাকথাওদ তুংগী থবক তৌদে। চাকথাও হাঙলিডৈদ উটৈ চারবদি মহু মিনিট ১০ রোমতমক

চাকথাগদ চৈনবগনি মহুৎ তুংদ Small intestine দ চঙথিগনি। মখনাচ্চ শেমদোক শেমথিন তৌহুন হকচাংগী কান্নবশিংজু লৌশিন-হৌগনি। কান্নবশিংজু মপান্দা থাদোকথিগনি।

তুজন তুম্বা :— পরিক্ষা থাগিদৈ মতম মরুংদ ফজন তুম্বু। তুম্না য়াম্না য়াম্না কান্নবা হকচাংগী মচল অমনি। তুম্বন নহাকপু ভেকথংহনগনি অমদি ইনর্জি হাপ্পীগনি। অদুন ফজন তুমহৌজবদি তুমদ ফংগদব ইনর্জিজু নহাক্না ফংব ঙম্মোই।

ফুরিত্তনা নহাক্না ভেকথংজবা অমদি energetic ওইজবদি নহাক্না কাকনিব পুরাক্লিংজু পরিক্ষাদ লোইনা হীব ঙম্মোই। নহাক্কী চৈজ শিংজ-নিব পুথুক্ক পরিক্ষাগী শিজিন্নদ নংহোব্রোই। অদুন ফংব ওমজগদব মার্ক অহুক্কা ঙম্ম য়াম্না ঙম্মোই। তুম্বী মরমদ মথংগী ভোলুমদ নৈনরকনি।

পরিক্ষা হৌজিদৈ মমাঙদ Relax তৌ :— মতম থর ঙনথংনা Examination room দ চুংনব হোৎনৌ। মতম থজিন মাংহৌনন নহাক্কী ফমফমদ ফম্মু। Question paper অমদি answer book [illegible] চাওরক মিনিট ৫ দগীন ১০ ফাওবদা মতম ঙনথংনা ফমহুন নৈমু। [illegible] মতমশিদা relax তৌহৌগদবনি।

(Relax করম্না তৌগনি মথং ভোলুমদ নৈনরি।)

পরিক্ষা করম্না পাংথোক্কনি :— পরিক্ষাদ করম্না ইগদগে হায়বগী মতাংদ শম্ম মতেকশিদ নৈনরি। হায়রিবশিংসি ইচম চম্না তেকনিক ওাক্কনি। অহুবু তেকনিকশিংসি চুম্না খঙবথক্কনদি কাম্নরোই নুপামক চপ চান শিজিন্নগদবনি। তেকনিকশিংসি চমজরবম্না নঙোন্দ হায়নিঙাই নৈতন কাম্নজুনগনি।

অরাইব বাহংগী পাওখুম হায়না ইথোকউ :— নহাক্না মখুৎ [illegible] বাহংশিংগী পাওখুম হায়না পাম্নরবনু। করিগুম্বা [illegible] ১০০% [illegible] ইরম্না [illegible] হায়রিবনা [illegible] ইরম্না তৌ।

অদুবোমদা, নহাক্না থুনা ওয়াখল তাইবা মীয়াম অমা ঙাওরবদা, অদু ওইরবসি মতাংদুগী মতুংদা নহাক্না কংগলবগুম থবক্কী ফল্গা ইবা ঙম্মি। থুনা ওইনা মার্ক ১০ গী essay type question অমা, অমদি yes/no গী question ২০ থম, মপুং মার্ক ১০গী পীরক্লে হায়না খল্লসি। মতাংগী অনীমক নহাক্না চপ চানা চুম্নবা ওইরবসি yes/no গী question হৌ হায়না হৌ। মসমদি মপুং মতম য়াম্না চংলোই। অদুনা হৌওই হৌওইক লাক্লবা খোনসিন্না অতোপ্পা লেমহৌরিবা question শিংদু থুনা লোয়না মতম য়াম্না ফংগনি।

মিনিট অমা থুগাইয়ু :— ওইনিংবা মফমগী পরিক্ষা নত্রগ কম্পীতিসন ওইনবু মরক্তা মিনিট অমমম থুগাইয়ু। থুগাইরিবা মিনিট অমগী মতমদা নহাক্না তোঙান্নবদি চুম্নবা মীৎ উইশিনবা অমসি খোর খাংনা লেপ্পদ্রবনি। মীৎ উইশিলগা চকচাংগী কয়াৎ থুদিংমক নিংশিংগা অদুগা কয়াৎশিংদু থক্কি থক্কি লেংগা অদুগা relax তৌ।

Relaxation technique মথং তোঙান্না ওপাইনা লৈবনি।

পরিক্ষা মতুংদা নহাক্না মিনিট ১৫ থুদিংগী নত্রগ অধ্যায় পাওথুম ইরমদাই থুদিংগী মিনিট অমমম থুগাইবা (break) অমবদি য়াম্না কানগনি।

মিনিট অমা থুগাইরবা তুংদা মথংগী question অদু ফজন্না পাও। পাওথুম ইবগী মান তৌ অদুগা চৎনীবা তান পাওথুম ইবা হৌ।

করিগুম্বা নহাক্না তেকনিকশিংসি শিজিন্নরবদি পরিক্ষাদা নমা তেকথরোম অমদি হেন্না ফজনা ইবা ঙমগনি লোয়নন মরাম তোঙান তানগদবা হায়বদি মাহংদন Diwali গী মতমদা বারেং ইম্বু হায়রগা Delhi গী মতমদা ইশিন্নখ্রবা হাপু হাপু পাবদগী খোকপা অশোয়বশিংসি নংগোম্না খেংনরোই।

মিরাংজরক্কী তোঙান brain দগী অমদি ওক্সিজেনগী উকেল হেন্না ফংলকই। ব্রেইন চোকথরবনিদা পরিক্ষাদা নহাক্কী হৈশিংবদু মরীক চুম্না শিজিন্নবা ঙমগনি। অদুম্না নহাক্কী intelligent খাক্কী বাবা লৈবনা

অশোয় অঙামগী শরুক চাং য়াম্ন হন্থনকনি। থোরদোক্ন অরু অরুব মতাং কাওবদ পাক লাম্নরোই। অদুন নহাক্ন ফংনিংলিব মার্কতু য়োন ফংব ঙম্নগনি।

মতম রাংলিবৈঙদ Examination room থাদোকন্থু :—
মসি কৈদৌন্থুংদন্থু তৌগন্থু। মতম লৈন লৈন কা থাদোক্ত্ন চংকন্থু। নহাক্ন Pass Mark ফংলনি হায়ন ভশেংন থঙজরবন্থু মতম লৈরিমথৈথি কা থাদোকন্থু। অমরোমদন করিগুম্ব শুকশোয় শোয়দন fail ওইরনি হায়ন থঙলকাওবদন্থু মতম রাংলিবৈঙদ কা থাদোকন্থু।

ঐন IIT/JEE গী entrance Exam. য়াওব মতমদ ঐথোয়গী কাদ ছাত্র ১৫০ রোম ফম্নী। মতমতুদ কনাগুম্ব ছাত্রন পুংথাই য়োম্রিবৈঙদ চে পীশিল্লম্নগ চংথিব য়ারমদে। পরিক্ষা অদু পুং ৩ গীনি। অদুবু পুংথাইগী বেল হেক ভাবগ ছাত্র ১৫ রোম মথোয়গী চেশিংতু পীশিল্লম্নগ থোকথি। অতুদগী মিমিট ১৫ রোমগী মতুংদ ছাত্র ২০/৩০ রোম অমগ অমুক থোকথি অস্থুম থোক্নথিবন অরোইবগী পুংথাই মতম য়োম্নকপদ কাম্নুদ ঐথোয় ছাত্র ১০ থক্ত ভাইরোরে। পরিক্ষা অদুদ ঐহাক ৩৫% নত্রগ ৪০% ফাওবদি ফংলমগত্র থম্লি, ১১০২ গী রেক্কত লাকই। ঐহাক ইলেক্ত্রোনিক্স ইঞ্জিনিয়ারদ মিং চনব ফংথিদে অদুবু Chamical/civil নত্রগ অতোপ্প ইনজিনিয়ারিং লাইন অমদদি মিং চনব ফংভি।

মতম লোয়ম্রিবৈঙদ থোকথিব মথোয়শিংতু IIT দ সেলেক্সন ফংথিদে। ঐন থম্লি করিগুম্ব মথোয়ন পুং ৩ মক কমতুন মথোয়গী লৈজবী থাদুন হোৎনম্নবদি মথোয় মম্নামগী মরকগী থরফাওবদি IIT দ মীং চনব ফংলমগনি।

মথোয়ন ঙম্ন থোকত্রিবসিগী মরম অনীথক লৈ।

অহানবদ—"30%, 40% নত্রগ 60% ফাওব ফংব ঙম্নবুদি য়াই অদুবু মসি ফংলগন্থু মাম্ন পাকপদি ঙম্নোই।" অস্থুম মথোয়ন থম্লোকই। য়াকমসি অম্নানবনি। Competition অমদ Success

[illegible] ফাওবদি অইক পরিক্ষা শামিল্লবিরে [illegible] [illegible] মার্ক [illegible] হেক্কপ লোইরে। [illegible] লীরুপগী [illegible] [illegible]।

অনীশুবদ—মথোয় মশান মশাগী মায় পাকপ [illegible] হায়বা তশেংনা [illegible]নি। মদুগ অমুকন্দু মথোয়না অসুম হায়বা ওয়বন্দু ওইরম মাই মহুদি "কয়া কম হোৎনখিরবা; ঐন ইরমন্দু পুথাই মুক্তনি কৈরো—অদুন কেন ওইবে বানি।" [illegible] মরামদ অসুম হায়না অমদি তাহনব পামবে মহুদি মহাক ওনবদি (হৈবদি) [illegible] অদুবু [illegible] থোক্লগদুনা শেমশিনবনি। নত্রগ "ঐন কয়া পাম্বকাবন [illegible] হোৎনব [illegible]"। অসুম, ...তশেংনবন্দুনি পরিক্ষা লোয়রবা মতুং মথোয়না মায় হৈ শিংব শারহুন মমাম্মবশিংদা হায়রি শাবমগী "Just পুংথাই অমতনি ঐন মা ওৎনহু অদৈমদি চে [illegible] পীশিল্লক্লে!"

মরম অদুন মতম লোয়রিবদা কা থাদোকহু। নহাক পুং ৩-গী চপ চান পৈশা তিংপ্রবনি। নহাক মায়খিবকপন্দু মাই অদুবু করিন্দু কাযদে। মামরবদ নহাকী লৈজবী পুথোকুনবদি হোৎনরমগদবনি।

চপ চাব ড্রেস শেৎলু:— [illegible] পরিক্ষা [illegible] চপ চান ড্রেস শেৎকন্দু থেংনৈ। হায়রবন মিংথমথাদ পরিক্ষা চৎপদ ফুরিং অথাব লীতে। অদুগ মমাম্মবশিংন ইংগে হায়ন '[illegible]'। অসুম তৌবসি চুমদবনি করিগুম ঈংব কাওরবদি নহাক [illegible] [illegible] শংন [illegible] (Comfortable) হায়বন্দু ওইরেগী নহাক নশাবু মাই পুমশং শংন মুংচাইব ওনবদি নহাক [illegible] পরিক্ষাগী নহাকী লৈজবী পুম্নক শিজিন্নব ঙমগনি। চুমী নহাক পান তৌবনি [illegible] অদুবু পরিক্ষাগী পান্নমদি পান তৌবগে নত্তে। [illegible] [illegible] [illegible] নহাক চঙী চুম কয় হোৎ[illegible]গী চপ চাব হৈদিবন্দু [illegible] হোৎনজনগী মহৈ কজন লোকপাহুনি।

[illegible] [illegible] [illegible] এমং চোকখ[illegible] - হায়বন্দু [illegible] মমাওবনি। [illegible] পরিক্ষা [illegible] চোমা [illegible] [illegible]।

অহুবু করিগীনো ? ঐদি ভাব লায় ফংদে। ঐ খঙই হায়রিব ছাত্রশিংছু ছাত্তিন লৈব ওয় মী ওাক্তনি। ময়ুমদ ছাত্তিন লৈন লৈনকাওব মথোয়ন তম্মুন পুনরক্তি বনি।

ইশম শয় হায়রবদ হুমিত্তুগী অঙৈং অশাগী ফিভম মতুং ইন্ন চান্নব ফি য়োল শিজিন্নখন নহাক্ক পরিক্ষাদ ফজন ইব ওমগনি।

***Objective type* কী *question* শিং শুকথা থাদোক্নু :—**

নহাক্ক হায়কেং ফজন কুপ য়েংবদকাওব অথওব য়াওয়ক্তব মতাং লাক্লবদি কমদোব। ফিভমসি নঙোন্দ থোক্লে থক্লসি। অহুবু ফুংশা খৌরুপয়ু চান্স ওইন মথাগী পাঁইশিংসি শিজিন্নো। অচুম্ব থয় য়াওয়কনি।

★ অহানবদ—তশেংন চুম্লে হায়ন খঙব ওমদব য়াহংশিংছু হান্ন থন্দোকউ।

★ তুমা ওব মশিং থন্দোকউ। করিগুম্ব য়াহং নম্বর ১৩ গী পাওখুমদি B নি হায়ন থক্লবদি য়াহং ১২ নত্রগ ১৪ গীদদি B থনগমু।

★ "Zero" অমদি "None of the above" হায়বনচিংব পাওখুমসি অয়াম্বন অরানব ওইগল্লি।

★ অসিগুম্ব মথলগী য়াহৈশিং হায়বদি "all," "never", "always", "must", হায়রিব য়াহৈশিংসিদ "True" হায়রম্নবদি অয়াম্বন চুমগল্লি।

★ হেন্দোক থোয়দোকপ (য়াম্ন চাওব নত্রগ য়াম্ন পীকপ) নত্রগ complex ওইব পাওখুমশিংসি অয়াম্বন লানগল্লি।

★ অহাংব মেনশিনবদমু কৈদোমুংদ থাদোক্লোইদবনি। চাও-য়াক্ক ওইরমগদব অম থক্লগ হেক্ত মেনশিল্লু। করিগুম্ব চুম্নমত্রবমু অতৈদ শোকদব লৈতে। করিগুম্ব চুম্নম্নবদি নহাক্ক ফুলমার্ক ফংব ওমগনি।

★ অহানব হেক য়েংবদ পুকনিংদ চুমগদব মাল্লি হায়ন থনব পাওখুমছু অচুম্ব ওইগল্লি। করিগুম্ব নহাক্ক ওকখন থম্বহৌদন মসি ওইরমগনি হায়ন থল্লিবছু right brain দগী অয়াম্বনি।

Identity card **কলম মুক, পেন্সিলনচিংব নিংশিংঙু :—** পরিক্ষা চৎপদ কলম, পেন্সিল, নত্রগ আইদেনটিটি কার্ডনচিংব চিথহোৎনব চেকশিল্লু। কলমদ য়াওরিব মুকি চাং য়েংঙু। অম য়ারক্ত্‌বনু মহুৎ শিন্নব কলম অনী থোরাং তৌ।

ঐন ক্লাস X গী পরিক্ষা থাব অহানব নুমিত্ত মিনিট ৫০ ভনথৎন স্কুলদ থুংলুই। ঐহাক সাইকলদ চৎলি। স্কুল য়ৌরগ য়েংবদ ঐগী identity card য়াওরমদ্রে। ঐ পাখৎলে, ওঝান ঐবু পরিক্ষা ফম য়াহনগত্র নত্রগ য়াহল্লোইত্র খনবদ ঐহাক মিঙ্গল আঃ য়ৌরম্মী। অমুক হন্ন সাইকল থোহুন য়ুমদগী identity card লৌরক্লে। ইশানদি খত্তজদন নুমিত্তু ঐ ইপা পাখৎলবজামি। নুমিত্তুগী পরিক্ষাদ Diwali গী মযমদ essay ইযু হায়রগ ঐন Delhi গী মরমদ ইশিল্লম্মী। মহু পাখৎপদগী শোয়খিবনি।

অহুন পরিক্ষা চৎপদ নহাক্ল পুগদব পোৎশিংগী list অম হায় শেম্মু। অমদি চক্রিবৈত্তদ মাংজোনন পুন্নমক্তু থোরাং তৌ।

Examiner **শিংন করম্ব চে য়েংঙি,**

মার্ক য়াম্ন ফংনব নহাক্ল করম্ব ইগনি :— মথল মথেলগী Examination অমদি Competition লৈবন চে য়েংবগী মওং অসিন্নু মথল মথেল কয়া কয়ানি।

মতাংশিদ নৈনরিবসি ইচম চম্ব খয় ভোয়ন শিজিন্নব চে য়েংবগী মওংহুনি। হায়রিব চে থুংলেং অসি পরিক্ষা অয়াম্বদ চৎনৈ।

হৌজিক চে য়েংবগী মওং মখিথক নৈনসি।

1. Responsible **য়াওদব** ***examiner***— পরিক্ষা থরদদি ওঝাশিংগী য়ুমদ answer book শিংহু থাখি। ওঝান মযুমদ চে য়েংঙি। মসিগী মতাংদ হৌজিক নৈনসি। কালেন ছুত্তিনি হায়ন খল্লসি। চেশিংহুদি মুখিং ভরানি মমাংদ ওঝাগী য়ুমদ থুংত্রবনি। লোমদন ওঝাহুন চে য়েংব হৌত্রি। মহাক অত্তনব মীনি খবকম্নু ওদে। মহাকী মুপীদি মৈ হৌরে হায়রকই, "নওসে করিমত্ত কায়দব মীনি

করিগুমী থবক 'মত হেক গুদে। অদুগ ঐন করিগুম থবক অমত্ত খৌনিবু হায়রবদি চে য়েংনি হেক্ত হায়। য়েংনি য়েংনি হায়রগ ছুমিং কয়ানি গুরে য়েংখু য়েংকে ঙসিদি য়াররোই চেদো ঙসি লোয়ন য়েংথোকউ !" 'ফুপীন ভাংবমুদ ওঝাত্থু শাওরে অদুম থৈ. "করে ঙসি লোয়ন হেক য়ে থোক্লগে !" অদুদমী মহাক চে য়েংব হৌরে। মহাক শাও শাগুন চেত্থু য়েংলবনিন মার্ক লীক্ল লীক্ল পীশিল্লে। অসুম হাথু হাথু শাওরোই লাকপোই য়েংবন ফুংথিল মৌরকপদ চে পুম্নমক য়েংব লোয়রোক্লে।

হায়রিব মীওইসিন মার্ক করম পীবগে হায়বত্থু য়েংসি। মহাক শাগুমশিংত্থু মচেং থজিক থজিক্তমক পারগ মার্ক হেক্ত পীশিল্লি। অদুগ মশাগী অয়ানব হৈনজবী রাথল অমদ অচুম শাত্থন থনজৈ. "চাক চেঙ চঙত্র হায়ন য়েংবসিবু লোয়ন য়েংত্রবসু থজিক্তং য়েংবদ অত্থমক অঙলপোংনি। থজিক্তং শাবদ কয়াম লাল্লমগনি কয়াম চুম্নমগনি অত্থমক থঙতি।" ফুংই অথীব থেংনরকপ মতমদন মহাক অমুক হেন্ন শাওরে অদুগ চৈ থাংতি "ছাত্রশিংসি মশা মশাগী থবক্ত চেকশিন্দে। মথোয়ন চেকশিন্ন কজনদি ইত্রগ. ঐন মথোয়ন ইরিবসিবু মা মাত্থন অত্থমক পাগত্র ?" অদুদগীদি—মহাক্ল থল্লীবত্থ চুম্নে থনজরবনিন অমদি responsible লোদব মীশকনীন চাওরাকপ চাম্নগদব অম য়েংলগ মার্কতু শং শং পিশিল্লে।

২ শুব ***Responsible* য়াওদব *examiner***—পরিক্ষা মথল থরদন ওঝাশিংগী মমুমদ চে থাদে। ওঝাশিংবু মকম অমদ পুল্লপ কৌরগ মথোয় পুম্ন মকমত্থদ য়েংহল্লি। মসিগী মওংসিদন চে য়েংবদ থৌশাদবদি কা হেন্ন ঙমত্রে থরমথৈদি কৈ। অদুবু মসিগী অশোয়বসু অত্থমক লৈ।

মসিগী মত্তাংশিমুক নৈনসি—ওঝা ৩০ য়োম মচৌব কা অমগ পুম্ন করে থরসি। কায়েকই ফুংশা শাব মতমদি। মথোয়-চা; লোনি থমদি থৈ মহীনচিংব থকুল চে য়েংশিনবনি। মথোয়দ লোংমগী থৈন

পৈশা পীদে মথোয়না য়েংলিব চে মশিংত্তুগী মতুং ইন্না বিল শাই। কনা-শুব্বন চে য়াম্না য়েংলবদি মহাক পৈশা য়াম্না ফংগনি। হৌজিক ওঝা পুম্নমক চে য়াম্না য়েংনব হোৎনরক্লগনি মরমদি পৈশা য়াম্না ফংনর। অদুন competition মওং অমদ লাক্লগনি। কনাগুম্ব ওঝান য়ারি শারকপ য়াওরকই "ঐদি চে য়েংবসি য়াম্না থুংলোয়রব্জে, ওসিদি চে ২০০ মুক য়েংথোক্লে।" মদুগী অর্থদি মহাক পৈশা য়াম্না ফংলে, সিনি। ওঝা অতৈ, চে ১৫০ নত্রগ ১০০ ঙা য়েংবস্নু য়াওরি। নোংঙালগদি মথোয়স্নু ২০০ শুনব থুজিন্না চে য়েংব হোৎরক্লগনি মরমদি পৈশা য়াম্না ফংনব। থুন য়েংলবনিন ক্লান কান্নুরু পাব মশান তারকপনি।

Responsible* লোব *examiner— ওঝা হায়বসি responsible লোব মীওইশিংনি। Responsible লোব Examiner শিংন ফংতিগী চাং নাইনা চে য়েংঙি। মহাক মতম নাইন চংলি। হাথু হাথু মার্ক পীশীনগন্দে মচেং থজিক্কুং পারগ তোকখোক্তে পাওথুম্না চে পুম্নমক ফজন পারগ য়েংঙি। কনাগুম্বগী থুংই ফজত্রফাওবদ মহাক্ল শেম শাহুন ফজন পানব হোৎনৈ। অসিগুম্ব মথলগী examiner অসি নহাক্কীদি লাইবক ফরবনি। নহাক্কবু ফজন ইরম্লবদি নহাক্ল থনব মার্কতুমক নহাক্ল ফংব ঙমগনি।

Common Examiner— মথক্ত পীরিব examiner মর্থল অহুম অসি অয়োবী থাকী ঙাক্তনি। হায়রিবশিংসি অমাম্বন ওইথোকপ য়ারিব ফিভমশিংত্তুনি। অদুগ Common examiner হায়রিব অসিদি মথক্ত পনখ্রিব অহুম অসিন পুন্সিল্লগ ওইরকপ ফিভমত্তুবুনি।

হৌজিক responsible য়াওদব ওঝাশিংগী মরমদ নৈনরুরব তুংসিদ নহাক্ল ইজরম্লীবত্তুগী মতুং ইন্না চপ চান মার্ক ফংব ঙমগনি হায়বসিদ নহাক থাজব থর রান থোক্লম্নগনি। শম্না হায়রবদ examiner শিংশি চে য়েংখদ থুন লোয়শিন্নিংঘন অম্মাম্বনি। মহাক্ল ছাত্রশিংগী মরাইবক লেপ্পীরগস্নু (ছাত্রশিংগী মরাইবক লেপ্পীরি হায়ন মশান থজরফাওবদ) মঙোন্দ তৌদব য়াদে হায়ব অককনব নিয়ম অমদি লৈতে। অদুন থুন য়েংনব হোৎনরকপন অম্মাম্বনি।

থুন য়েংব ওঝাশিংচুন কৈদৌঙুংদ নহাক্কী পাওথুম চেক্ চিখদন পারম্লোই। মরক্ত কান কান্দুন পারমগনি। চে য়েংবগী থবক অসি চে চাংদম্নবরোমদসু চংলি। Examiner-ন য়েংগদৌরিব চেক্ মহাক্ক হায় য়েংচুন থমগ্রব চে অমগ শোয়দন চাংদম্নবমগনি। অচুন নহাক্ক ইরিব চেক্ হেক য়েংবদ মতৌ মালহনব হায়বসি য়ায় মরুওই।

নহাক্ক মার্ক য়াম্ম ফংনব মথাগী পাম্বৈশিংসি শীজিন্নৌ

- ★ নহাক্কী চেক্ য়েংবদ নু-নাম্ম উহল্লু।
- ★ পাওথুম শাংন ইয়ু। চেনা মশিং য়াম্ম থলহল্লু।
- ★ মুক মচু নাইব অমদি অফব মুক শিজিন্নৌ।
- ★ ওঝা উম্নচুন রারি শাও।
- ★ Examiner ফাওব মকোক ভাওহনব য়াব Question মথল অনী।

নহাক্কী *answer book* তু নাম্ন শিজিন্নৌ :— মকা লাম্ম ইয়ু। ময়েক শেংন diagram য়েকউ। "ময়েক লান ইব" হায়রিব রাফমসি নিংশিংঙু। ঐন হায়রিবসি "ফজন ইব" হায়বচু নত্তে। নহাক্ক ইবদ লাইয়েকপদৌন শেম শাগদব নত্তে। নাম্ন-মকা লাম্ম হেক পাবদ ময়েক থঙনব মওংদত ইয়ু।

মথক্ত হায়গ্রিব ফোরমুলাশিংসি পরিক্ষা অয়াম্বদ শীজিন্নৌ। মসি ভৌবগীদমক নহাক্ক অহেনব নম্বর থরদি শোয়দন ফংগনি।

পাওথুম অম ইবদি লোয়গ্রব অচুবু নহাক্ক কোম্ম নিংশিংলক্তুন নহাকন ইগ্রিবশিংচু অমুক শেমদোকনিংলব। হায়রিবচু মতম ফংলবদি অমুক হন্ন ইথোক্লম্মু।

পাওথুম শাংন ইয়ু, য়েংবদ মীৎ থলহল্লু :—

Essay Type question দদি মতমগী মতুং ইন্ন নহাক্ক শাংন ইব ভগ্নীবমথৈ শাংন ইয়ু। পেরাগ্রাফ তেম্ন শীজিন্নৌ। মরু ওইব

অমদি মচং ওইব রাহৈশিংগী মথাদ under line চিংঙ্। য়ারবদি heading ইব মতমদ মুক মচু নাইব শীজিন্নো।

মচু নাইব অথাব মুক শীশিন্নো :— মচু অপাব চরা চরাব মুক শিজিন্নগনু। মচু য়েংবদ মুক্ত ঈশিং য়ানশিনব মানবনি। অদুন নহাক্ত ইরিবচু ইচম চম্ন মমল য়াওদব ওইন উগনি। হেক য়েংবদ মার্ক য়াম্ন ফংগদব মাল্লোই। অদুন মচু অকব মুক শীজিন্নো। ঐন হায়জনিংবদি রাহৌদোক ইনব Colour pen অদুগ অতৈ ইবগীন black, blue নত্রগ black blue ink শীজিন্নো। রাফমসি ওঝাদসু হংঙ্।

নহাক্কী ওঝান করিগুম্ব *grade* পীব ওইরবদি :—করিগুম্ব পরিক্ষা থরদদি ওঝাশিংন মহাক্কী ছাত্রশিংগী মার্ক অমদি grade পীবি। শম্ন হায়রবদ ইঞ্জিনিয়ারিং কোলেজ অমদি Medical Collage কুম্ব। মহৌশান হায়রিব ইন্সটিটুংশিং অসিদদি ওঝাশিংন মার্ক অমদি grade পী। অসিগুম্ব মথলগী পরিক্ষাশিংদদি নহাক্ত ওঝা উনরুগদবনি। ওঝাদুন চে য়েংব মতমদ নহাক্কী মার্কতু নপুন শম্নাদ লৈরম্নবদি নহাক্কী grade তু রাংজনব মার্ক ১ নত্রগ ২ কাওবদি হাম্নীরকনি। করিগুম্ব হাম্নীরমত্রবসু মার্ক ১/২ তু রাৎপদগী grade ফংদব ওইরম্নবদি নহাক্ত grade রাংব পাম্নীবদুগী মরমতু ওঝাদ রারী শাও। হোৎনৌ নহাক্ত পামন্দীবতু ফংব ঙমগনি।

***Examiner* ফাওব অপংব তাহনগদব *question* মথল অনী—**

Examiner শিংন য়াম্ন থুন চে য়েংব মরম্ন নহাক্ত ইথিবচু কুপশিন্ন য়েংব রাৎকনি। মতাং অসিদন নহাক্তমুক examiner বু অপংব শীব য়ারগনি। করম্ন ?

অহানবদ—List type question—

মসি পরেং নাইন ইব question গুম্বগী মতাংদনি। খুদম ওইন ইন্দিয়াগী State পুম্নমক capital গ লোয়নন মমিং ইয়ু নত্রগ চুমথাংগী মচু কয়ানো ইয়ু, অসুম্ন হংলে থল্লসি। মতাংসিদ নহাক্ত অপুনব

State মশিং অহুবুদি খুডলব অহুবু মখোয় পুন্নমক্কী মিংদি চিনফা পুত্রব খুদম ওইন ইন্দিয়াগী State ২৫ নি অহুবু নহাক্ন ২৩ থকনমক ইব ঙম্মে। অনীহুমদি কাওম্রে। মতাংসিদ নহাক্ন অনীহু ইদন খমমগনু। মশিং ২৫ তুনব হাঁন্ন ইখিবহুদগী শংলগ হক্তিন্ন অমুক ইখিল্লস্থু। হায়বদি-খরব মমাংগী চেনাদ ইয়ু অহুগ চম্দব খন্নহুন মতুংগী চেনাদ ইয়ু। ওঝাহুন মমাংগী য়েংব লোয়নব তুংদ চেনা হায়দোরকনি। খুদম ওইন নহাক্ন 'Manipur' সি হক্তিন্ন ইয়ে খন্নসি। ওঝাহুন চেনা হাংদোক্নকপ মতমদ মনিপুরসি মমাংদ উদ্রে হায়ন হায়কেং খন্নকপ য়াই। অহুবু মহাক্তি থুন য়েংবনিন মমাংগী অতোপ্প চেদ য়াওখিবহু ওইরমাম্লে হায়ন অমুক খন্নকনি। মসি নহাকী ফুল মার্ক ফংবগী য়াম্ ওইখোকদব পাইবনি।

অনীশুবদ — explanation type question—

মরী মথোঙ শব্দোক্ন তাকউ নত্তগ মন্নুংগী ভাব করিনো শব্দোক্ন ইয়ু হায়বনচিংবগী পাওখুম ইবদ শাংন শাংন ইব চঙই। অসিগুম্ব মথলগী পাওখুম ইবদ নহাক্ন মথং মনাও মচাকশিংহু নত্তগ point শিংহু কাওথিব য়াওরবদি হক্তিন্ন ইব য়াগনি পাওখুম শাংবন মরম ওইহুন চেনা ৩/৪ ফাওব চঙব য়াওই অহুন Examiner ন মথংগী চেনা হাংদোকুন পারকপ মতমদ মমাংদ করি করি ইম্রবগে হায়বহু মহাক্ন চপ চান নিংশিংব ঙম্মোই।

মসিগী technique সি য়াম্ তোয়ন শীক্তিন্নগনু। তঙাই ফদব মতাংদত শীক্তিম্মো। অরাইব রাহৈ নত্তগ মিং হক্তিন হক্তিন শীক্তিন্নগনু Examiner ন খঙলকনি।

২

ক্লাসরুমদ নহাক্কী মতমদু করম্ন শীজিন্নগনি

ছাত্রশিংগী অমাম্ব মতমদি ক্লাসরুমদ শীজিন্নে। অদুন ছাত্র অমন স্কুল, কোলেজ নত্রগ ক্লাসরুমদ লৈরিবৈদ করম্ন মতম শীজিন্নগদগে হায়বদু তাক্কসিদ মরেক শেংন নৈনরি।

নোংমগী মনুংদ পুং কয়া ক্লাসরুমদ শীজিন্নে? কয়ান য়ুমদ শীজিন্নে রাক্ষমসি নহাক্ক খণ্ডদব য়াত্রবনি।

মত্তেকসি পুকনিং চণ্ডন পাও—নোংমগী মনুংদ নহাক্ক মতম কয়া ফংই অদুগ মদু করম্ন শীজিন্নবগে হায়বদু কুপ্ন থিজিন্নু। মসিথক্তুং খণ্ডবদ নহাকন স্কুলদ কংলিব মতমদু কয়ামুক মমল য়াম্বগে হায়বদু খণ্ডলক্কনি অমদি মদুবু য়াম্ন পাম্মুন শীজিন্নরক্কনি।

হৌজিক ঐখোয়ন চাওরাকপ মতম অম হোৎতুন য়েংসি। মতম-শিংসি মী অমগ অমগ খর খর খেন্নব লৈরবসু অয়াম্বনদি মাম্নগনি।

তৌরিব থবকশিং	পুংশিং
স্কুলগী মতম (১০দগী ৪ ফাওব)	৬
চংথোক-চংশিন তৌবদ	১
স্কুল চংপগী শেম শাবদ	১
হৌজিক স্কুলগীদমক কাইথোক্লিব মতমসি	পুং ৮ ওরে।

অদুন ছাত্র অমন স্কুলথক্তদ পুং ৮ মতম কাইথোক্লে। হৌজিক য়ুমদ ফংলিব লাইরিক পাবগী মতমসি অমুক য়েংসি—

তৌরিব থবকশিং	পুংশিং
তুম্ব	৮
চাক চাব-চা থকপ (অয়ুক নুমিদাং)	২
ইরুজব, চীন-য়া শেংব. অয়ুক্কী থবকশিং	১

চাব থকপ অনদি তুম্বদ পুং ১১ কাইথোক্লে।

হৌজিক ঐখোম্নন উরে মতুদি নোংমগী মতম পুং ২৪ গী মফুংদ পুং ১৯ দি তুম্ন-চাব অমদি স্কুল চৎপনচিংবদ লোয়ঙ্গে।

ময়ম অশিন নোংমগী মফুংদ নহাক্কী থুত্ত লৈহৌরিব মতমসি পুং মঙাথক্কং ভাইরে। মসিগী মফুংদ নহাকন লাইরিক পাগদৌরিবনি। নহাকন করিগুম্ব শাম্ন থোংনবদ, হকচাং শাজ্জেল তৌবদ মরুপ মপাং উম্নবদ, কিলম অম য়েংলুব নত্রগ TV ভাইহাক য়েংবন চিংবদ মতম থজিক থজিক হৌথিত্নুনা পুং ২ অমগ অমুক চৎখ্রে হায়ন থল্লসি। অদু ওইরবদি হৌজিক নহাক্কী থুত্ত লৈহৌরিব মতমসি নোংমগী মফুংদ পুং ৩ থক্কং ভাইরে।

মতাংসিদ য়াম্ন মক ওইব রাফম অম লাক্লে মতুদি নহাকন স্কুলদ ফংলিব মতম অদুগুম্ন য়ুমদদি লাইবিক পাবগী মতম ফংদ। তশেংন হায়রবদ Study গীদমক নহাকন য়ুমদ ফংলিব মতম অদুদগীদি স্কুলদ ফংলিব মতমত্নুন শকক ভংথাই অম হেল্লি। অত্নুন মহৈ মশিন তম্বদ মায় পাকনবগীদমক নহাকন খ্বাইদগী মক ওইন হোৎনগদবসি স্কুলদ ফংলিব মতমত্নু য়াম্ন চেকশিন্ন মাংহন্দন শিজিন্নবনি।

মওং চুম্ন *revise* তৌব অমদি *Daily Routine* পাংথোকপ হায়বসি ফাথিব পবা কাওদনবগী তেক্লিক অনীথক্কী - ক্লাসত ওঝান ভাকথিবশিংত্নু ফজন কাওদনবগীদমক স্কুলদ লৈরিঙৈদ revise তৌগদবনি অমদি হল্লক্লগ য়ুমদসু revise তৌগদবনি। [রাফমসি chapter 3 অমদি chapter 4 দ লৈনরি।]

ওঝাগী মতেং লৌ। কন্ন হেক্ত হোৎনরুজ্রবসু *practical, internal* নত্রগ *laboratory Examination* শিংদ মার্ক য়াম্ন ফংনবগী পাম্বৈশিং :— মসি থোইন লুব রাফম নত্তে। ইচম চম্ন নহাক য়াম্ন কম্ন হোৎনরি হায়ন নহাক্কী ওঝাদ রারী শাও, হায়বদি নহাক MCS, ICS, IAS, নচীংব নত্রগ নহাকন মায় পাকনিংব অপাম্ব Competition অম য়াওব পাম্মী অমদি মত্নুগীদমক হোৎনরি

হায়বসি নহাক্কী ওঝাদ য়ারি শান্নুন থঙহল্লু। করিগুম্ব নহাকন merit ফংনবগীত ওইন হোৎনরবস্থু মত্তু নহাক্কী ওঝাদ থঙহল্লু।

ওঝাশিংসি অয়াম্বন অকব ভাক্কেনি। চুম্মী থরদি ফত্তব য়াওই। অত্তবু পীরিব ইচম চম্ব technique সি মী থুদিংমক্ত চন্নগনি। Technique সিন ফজন থবক তৌরিবসি ঙরম করিগীনো? মসিগী মরমদি ওঝা পুন্নমক অকব ওঝা হায়বত্তু ওইনিংঙি। থবদি ময়ামদগী পুমছেন হেন্ন ফাওব ফনিংলিবনি। মথোয়ন ছাত্রশিংদ ফজন ভাকপীনব হোৎনৈ। মথোয়ন মথোয়গী ছাত্রশিংবু অচৌব মায় পাকপ মীশক অমমম ওইহল্লিংঙি। য়াফমসি ঐ ইশাদগী চিংন ওঝা পুন্নমক্কী অপাম্বনি। থুদম ওইন-ঐন লাইরিকসি ইরুবগী মহৈ য়াল্লে হায়ন করম্ন থঙগনি? লাইরিকসি পারুবদগী মথোয়গী পুন্সি হোংহল্লে, মসিন মথোয়বু পাবদ য়ামন থুংলোইহল্লে, থবক অম ফংব ঙমহল্লে, Competition য়াওবদ মায় পাক্লে হায়বনচিংবগী মরমদ ছাত্রশিংন চিঠি লিশিং লিশিং থারক্তুন ঐঙোন্দ মুংঙাইব ফোংদোরক্লবদি মতমত্তুদ ঐন লাইরিকসি ইরুবগী মহৈ য়াল্লে হায়ন থঙগনি। ওঝান ছাত্রশিংবু মায় পাকহল্লিংবগী মরম অমস্থু লৈ মত্তুদি মত্তুন মঙোন্দ tuition য়াম্ন থোমজিল্লক্কনি, ময়াম্ন শকথংনবিগনি অমদি এরাদনচিংব কয়াম্থু ফংগনি অসিনচিংব।

য়াফমসিদ নহাক লোয়্বন য়ানিংগমদবস্থু য়াই। অমুকম্থু নৈনসি। নশামক ওঝা অমনি হায়ন থল্লু। নহাকন নহাক্কী ছাত্রশিংবু ভাকপী তম্বীবদ নোংমদ পুং ৮ গী মতম কাইথোক্লিবনি। থল্লু নহাক নশামকশিবু নহাক্কী ছাত্রশিংন অমদি মীয়ামন করি ওইন লোয়্নবীব পাম্বগে? অফব ওঝা অম ওইন লোয়্নহন্নিংলমগনি। অশেংবনি হৌজিক্কী মতমসিদদি অফব ওঝা নত্রগ অফব স্কুল অম ওইন মীয়ামন শকথঙবিব হায়বসি য়াম্ন তঙাই ফদব অম ওইরক্লি। মত্তুনি সিটি অচৌবদ লৈব স্কুলশিংন মথোয়গী স্কুলগী result অস্থুক্কী মঙীক কৈ, পোজিসন অত্তুক ফংই, মথোয়গী ছাত্রশিং PMT, PET, নত্রগ মেরিত ফংই হায়বনচিংব য়াফম পল্লত্তুন advertise তৌনরিবসি।

কৈদোম্বুংদ নহাক্কী ওঝাদ লকনগম্বু অমদি উশিং থৌওইদবা তৌগম্বু। কনাগুম্বন নঙোন্দ লকনরকপ নত্রগ ইকাইব পীরকপদ নহাকন করি থল্লি ? নিংশিংঙু নহাক করি থনখি ? শাওনিংলমগনি। মতমত্তুদ শাওদব উত্তন নোকশিন্নরম্লবস্থ মহাক শাওরমগনি। অমদি লমন থুম্ব পায়মগনি।

মীওই খুদিংমকস্থ অত্তুম্ন তৌরিবনি ওঝাস্থ মীনি। নহাকন লকনব মতমদ ওঝা অত্তু য়ারৌখিগনি। কনাগুম্ব ওঝাদি লমন থুম্ব ক্ষাওব পামগদৌরিবনি।

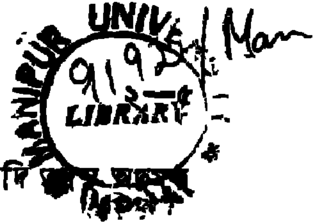
অমবু ওইরো অমবু ওইরো নহাক্কী ওঝাবু করিগী লকননিংলিঙ বনো ? মত্তু নশাবু য়াম্ন হৈ শিংজৈ হায়ন উংনব হোংনবদনি। অতৈ মরমদি থোয়ন লৈরম্লোই নহাকন প্রমান পীবস্থ ঙম্লোই। নহাশিংন অহল্লশিংদগী smart ওইনিংগল্লি—হৈপা শিংনিংঙি। মসিগী ইচম চম্ব মরমদি মথোয় নহা ওইরিবননি (younger)। সিথক্ক খঙজিল্লু। প্রমান তৌনব হোংনরুগম্বু।

করম্ম ক্লাস য়াওগনি ঃ—ছাত্রশিংন থ্বাইদগী মতম য়াম্ন শিঙিম্ন- রিবদি স্কুলদনি অত্তুন হায়রিব মতমশিংত্তু মাংহন্দন ফজন শিঙিম্লব হায়বসি ছাত্র অমগী তঙাইফদ্রব মথৌনি।

মমাং থংব *raw* দ ফম্মু ঃ—করিগুম্ব ক্লাস য়াওব মতমদ মনীঙ থংন ফম্লবদি ওঝা, ব্লেকবোর্ড অমদি ছাত্র ছাত্রি মম্বাম পুম্লমক নহাকন উগনি। ছাত্র অমন লেঙ থোংপ নত্রগ ঙাং শকপ তৌরব্রবদি মত্তুন নহাক্কী পুকনিং চোইথোকহনগনি। ওঝাগী লেকচর তাববুদি মীতৌ য়েংবন হেন্ন মুংঙাইবনি। মরমসিন নহাকন ওঝাগী লেকচরত্তুদ পুকনিং চঙব ঙম্লোই। অত্তুন ক্লাস লোইরকপদ ওঝান করি তাকপ্রবগে হায়বত্তু নহাক খঙহৌরোই।

হৌজিক মমাংদ ফম্নগ করি তৌবগে হায়বত্তু অমুক য়েংসি। মমাংদ ফম্লবদি নহাকন black board অমদি ওঝাথক্ক উগনি। অত্তুন ওঝান তাক্লিবত্তুদ নহাক ফজন কনসেন্টেত তৌগনি। মসিথক্ক

ক্রয় পরিক্ষাদ মার্ক য়ায় কংগনি



নত্তে নহাক্ত মাঙদ কয়গ উইব য়ারোই। মনিংদ কয়গদি [illegible] য়াওনরিবনি।

হেন্দোকন মমাংদ কম্মু হায়রিবসিগী সাইন্টিফিক ওইব য়াথল অমম্রু লৈ। মতু নৈনত্তুন য়েংশি—করিগুম্ব মনীংদ কয়বদি নহাকী brain অমদি mind অতু পোংশক অনীদ চাইথোক্লগনি। ওঝান ব্লেক বোর্ডত পয়া তাক্লি অসোমদন ছাত্রশিংন করি করিনো তৌরি। ফিভক অনীমক নহাকী brain অমদি mind দ তাগনি। অত্তুন অনী থোকন চাইথোক্লবনিন নহাকী ব্রেইন পয়ারতু ময়াম অম মাংলগনি। অমরোমদন নহাক্ত মাংদ কয়বদি নহাকী মীং অমদি brain ন ওঝা অমদি ব্লেকবোর্ড থক্ত উরগনি। ব্লেক বোর্ডতু কাওবদ চাওথোক্ত ময়েক শেংন উগনি। মতুগী মতৈন ক্লাসত ওঝান তাক্লিবতু থঙনব, নিংশিংনব, পুকনিং থিংজিন্নব অমদি concentrate তৌনব হোংনবদ চঙব brain power তু মরাং কায়ন কংলগনি।

Psychology গী মাইকৈদগী য়েংলবস্থ—ওঝাশিংন পয়া তাকপ মতমদ মমাংদ কম ছাত্রশিংদ তোয়ন য়েংভি। অতুন নহাকন মাংদ কয়বদি ওঝান নহাকপু অকব ছাত্র অম ওইন থনখিগনি। মশিন নহাকী internal নত্রগ practical Exam. শিংদ মার্ক য়ায় কংহনবদ মতেং পাংলকপ য়াই।

Practical level দমুক য়েংশি—ওঝান ক্লাসত পয়া তাকপীব মতমদ ছাত্র অমন জ্ঞান তাত্রবদি ওঝাতুনস্থ ছাত্রতু জ্ঞান তাত্রে হায়বসি থঙই। অতুন নহাক্ত মাংদ কয়বদি নহাকন থঙদব মতাং য়াওরকপদ ওঝাতুন জ্ঞান তানব অমুক হয় তাকপীরকনি।

ময়মশিং অসিন ক্লাস য়াওব মতমদ মাংদ কমগদবনি। মতাংসিদ নহাকন হংনিংব য়াই মতুদি—করিগুম্ব মীপুম থুদিংমক মমাংদ কম্বব হোংনরক্লবদি কমদোব? ওইথোকপ য়ারোই! ছাত্র পুম্নমক করম হায়ন মাঙদ লোয়ন কমদোইনো? করে লাইরিকসি পাবদগী

য়াহৌংসি থোক্লক্লীবনি অমদি মাংদ ফম্বগী কান্নবহৌশু লাইরিকসি পাবদগী নহাক্ন খঙলিবনি। তৌইগুম্বসুং মমাং ফম্বগী কান্নবহুদি নহাকন খঙলিব অসুম্ন লাইরিকসি পাদব মী খুদিংমক্তি খঙলয়োই।

ফম্ব মতমদ মাংলোমদ খজিকতং নোনথৌ :—চুম্ন নত্রগ য়াং তিংন ফম্নবদি নহাক পুকনিং চঙব হেনগৎলকনি। তুংলোমদ খজিক ঙাথরবদি ভম্বরকনি, ভপথরকনি অমদি পুকনিং চঙলক্লোই। তৌইগুম্বসুং মাংলোমদ খজিক্তং নোম্বরবদি নহাকন পুকনিং চঙব অমদি থরাই য়াওবগী চাং হেনগৎলক্কনি। অদুন ক্লাসত ফম্ব মতমদ মাংলোমদ খজিক্তং নোম্থো।

হেকত হংঙু :—নহাকন করিগুম্ব খঙদব য়াওরক্লবদি ওঝাদ ময়েক শেংনব হংঙু। জ্ঞান তানব অমুক্তগ হন্ন তাকপীযু হায়ন ওঝাদ হায়জো। ইকাইগনু। অতোপ্পন করি খনখিগদগে খন্দুন চিংনগনু। রাফমসি ওঝাদ নত্তন পুন্সিগী .থাদোক খুদিংমক্ত শিজিন্নো।

ক্লাস নাম্বোকখ্রবদি করি তৌগনি :—য়ারিবমথৈ ক্লাস অমফাওব নাম্বোকহনগনু। তঙাইফদন য়াত্রগন করি ক্লাস য়াওরোই-দৌরিবনো হায়বহু হান্ন প্লান তৌ। য়াওরোইদৌরিব Subj-ct তু হায় পাখোকউ, থর কন্ন হোৎনৌ। স্কুলদগী হল্লক্লগ ক্লাস য়াওহৌদব পন্নাহু পাও। অমদি ক্লাস য়াওহৌদব পরাহু নমান্নবশিংদ হংঙু অদুগ থর হেন্ন revise তৌ।

***Half time* দ তৌগদবশিং :**—করিগুম্ব নহাক্ন হাফ মতমদ চন্না বানজ্রবদি ঙাইহাক থোঙন চৎলু। থোঙন চৎপসি অফব শাজেল অমনি। মতম খজিক রাংলিডেদ ক্লাসত চঙলকউ। কম্মু, relax তৌ, ক্লাস হৌবগ খঙনব থৌরাং তৌহুন লৈয়।

থোঙন চৎপ, হকচাং শাজেল অমদি relaxation গী মরমদ মখং vol দ ফজন নৈনরি।

কম্ন হোৎনব নমান্নবশিংদগী কবম্ন কান্নব লৌগনি ?

করম্ন নমান্নবশিংগ নহাক মতেং পাংথোক পাংশিন তৌগদগে হায়বগী মরমদ হৌজিক নৈনসি।

নহাক্ক Competition তৌগদৌরিবসি নহাক্ক ক্লাসত তম্মীন্নরিব নমান্নবশিংহূতগ নত্তে। হৌজিক্কী মতমসিদদি কমপিতিসন অয়াম্ব State level নত্রগ National level দ অয়াম্ব পাংথোক্করে অতূন করিগুম্ব National নত্রগ state level গী Competition অম য়াওব মতমদ ক্লাস অমদগী ছাত্র অমফাওব পাস তৌদবম্ব য়াই নত্রগ ছাত্র ৭/৮ ফাওব পুন্নপ্ন ক্লাস অমত্তদগী পাস তৌরকপম্ব য়াই। মরম অসিন ক্লাসত নহাক্ক Roll no. য়ান, টু নত্রগ থি ওই নত্রগ ওইদে হায়বগী থোয়দোক্ক থম্ননিংঙাই মরম লৈত্তে। মরু ওইন থনগদবদি নহাক National competition গীদমক মতীক চারত্র হায়বসিনি।

তম্মীন্নরিব ছাত্রশিংন মথোয় মশেল য়েংশিন্নবসি মফম অয়াম্বদ থেংনৈ। করিগুম্ব নহাকন তম্মীন্নরিব নমান্নবশিংবু competitor ওইন থল্লবদি নহাকন মথোয়দ তেংবাংনিংলরোই অমদি মথোয়নম্ব নত্তোন্দ তেংবাংলরোই। থুদম ওইন লাইরিকসিগী মরমদ নহাকন নমান্নবশিংদ য়ারী শানিংলরোই। অম্নম্ন তৌনবদগীদি নহাকন নমান্নবশিংদগী য়াথল লৌশিং ওইগদব ঈ-পাও অমদি অনৌ অনৌব information নচিংব অমত্ত ফংব ওয়্নরোই।

- মরম অতূন মরুপ মপাংশিংগ লোন্দিম্নৌ য়ারী য়াত্তাই শামিম্নৌ, চৎমিম্নৌ, ফম্মীম্নৌ। থম্ন নৈনৌ, করম্ব লাইরিকন খ্বাইদগী ফৈ, অফব coaching মফম্ন কদাম্নদনো অমদি করম্ব ওঝান কৈ অসিনচিংব। অথম্নব subject অমগী question গী মতাংদ থম্ন নৈনবম্ব য়াই। নথোয় ময়াম্ন মাইকৈ পুম্নমক্তগী তানশিল্লকপ জ্ঞানশিংহূ পুল্লপ থত্ত-মীম্নৌ। নথোয় মশেল তাথোক তাশিন তৌমীন্নরবদি নথোয় পুম্নমক competition দ মায় পাকপগী চাং হেনগৎকনি। অতূন নথোয় পুম্নমক কাম্নমীম্নগনি।

মঙং অমদ নখোয় নমান্নবশিং মুক্কচুন লৈরবদি নখোয়গী ওঝান, মহাক্কী থাজবা য়াথল অমদ থনগনি মতুদি ক্লাস থুদিংমক্ক ছাত্র অক্ষবসি অম অনীদগী পংহেন হেন্দে অচুন ক্লাস অম নহাক্কী roll no. ৪ ওইরবদি নহাকপু হোৎন কনব ছাত্র অমনি হায়ন ওঝাচুন উব ঙম্লোই অচুন practical Exam: নচিংবদ নঙোন্দ মার্ক ফজন পিনিংলোই। পুম্নমক্কী মথক্ত ভম্মীন্নরিবশিংন অমগ অমগ মতেং পাংনদবদগীদি মতেং পাংথোক পাংশিন তৌনবন কান্নব য়াম্ন হেল্লি। স্কুলগী ওইন, লৈবাক্কী ওইন, পুন্নাইগী ওইন, লৈকাইগী ওইন, শম্ন হায়রবদ হীরম থুদিংমক্ক। অচুন ভম্নমথৈ নখোয় মশেল Co-operaton পীননব হোৎনৌ।

Extra-Curricular **গী থবকশিংদদি শরুক য়াগদ্র ?**

Extra-Curricular হায়বগী অর্থদি নহাক্ক তমলীব পয়াচুদ থোইন কান্নব পীদব, থোইন মরী লৈনদব হায়ন লৌগনি।

Extra Curricular মথল অনীথক লৈ। অমন তম্লীব subject knowledge তুগ মরী লৈনৈ। অসিগুম্নশিংসিদি শরুক য়াগমবনি। মচু উবদ ওঝান নহাকপু অক্ষব ছাত্র অম ওইন লৌগনি। মচুন নহাক্কী exam শিংদ কান্নরকনি। থুদম ওইন—G K. Competition অমদি debet comp=tition গুম্ব।

অতোপ্প মথলগী Extra-Curricular অচুদি শান্নব, drawing, painting অমদি পোৎ চৈনচিংব শাবনি। নশাগী অপাম্ব মতুং ইন্ন Extra Curricular শিংসি অচুমক শরুক য়াব য়াই। অচুবু পরিক্ষা নত্তগ Competition গী মতম নকশিন্নক্লবদি মচু থাদোকবদনি।



৩

য়াম্ন লায়ন নিংশিংবগী চাং করম্ন হেনগৎহনগনি

তাঙ্কক অসিদ ঐখোয়না নৈনগদৌরিবসি করম্ন মওংদ য়াম্ন লায়ন নিংশিংব ঙমগদগে হায়বসিদনি। অহানবদ Psychology দ য়ুক্কম ওইব technique সি য়েংসি।

মীওইবগী নিংশিংব ঙম্বগী পাঙ্গলসি ঙমখৈ নাইত্র ?

মথাগী খুদমশিংসিন উংজি মতুদি নিংশিংবগী পাঙ্গলসি ঙমখৈ লৈতে।

খুদমশিংতুদি —

মঙ মঙব – মঙ মঙবদ মী অয়াম্বন চহী ২০ নত্রগ ৩০ মুক্কী মমাংদ কাম্নখ্রব মরুপ মপাং ফাওব উব ঙম্মী। মঙ মঙবদ উরিব শক্তমশিংহু চপ চান ফিজেৎ চাকচেৎ কয়াৎ শুন উরমগনি। মসিন তাক্লীবদি brain গী মফম কদাইরাইদনো memory store তৌফম অচৌব মফম অম লৈ হায়বসিনি।

Hypnosis **কী পাম্বৈন নিংশিংব** – ঐখোয়না উথিব, তাথিব অমদি থঙখিব পোৎশক নত্রগ থৌদোক পুম্নমক নিংশিংব ঙম্মী। এক্সিডেন্ট ওইরব নীপা অমন কারগী লাইসেন্স প্লেট নম্বর নিংশিংব ঙমত্রবস্থ hypnosis তৌরব মতমদদি নম্বরহু চুম্ন হায়ব ঙম্নকই। মসিগী মরমদি মহাক্কী brain গী মফম অমদ হায়রিব নম্বরহুগী memory হু লৈহৌবননি।

থঙনিং নিংশিংলকপ—মতম কুইন কাওরুরব করিগুম্ব অম থঙনিং নিংশিংলকপগুম্ব থৌদোক অসি মীপুম খুদিংমক্ক মশা মশাদ থেংনরব ঙাক্তনি। খুদম ওইন কনাগুম্বগী কুইরব থৌদোক অম নত্রগ অরিব মরুপ অম থঙহৌদন করিগুম্ব তাঙা অমদ থংনিং নিংশংলকপ। অসিগুম্ব মথলগী memory দি নঙোন্দস্থ থোক্লমগনি।

Brain **দ রাইয়ার কনেকসন তৌদুনা** ***Scientific experiment*** **তৌব** – সাইন্টিষ্টশিংন brain গী অথম্নব মফম অমদ রাইয়ার কনেকসন তৌহুন চাংয়েং তৌব মতমদ মীহুগী হৌগ্রব মতমগী রায়ীশিং নিংশিংব ঙম্মী হায়না উংলি। মথোয়না থৌদোকশিংহু হৌজিক

হৌজিক খোল্লিবগুম মশাদ অরা লুংগ্লাই ফাওই। চুম নিংশিংব খক্ত নত্তনা হায়গী থবক্তু তৌবগ চপ মায়ন মশাদ চৈথেংস্তু ফাওই, হায়বদি কপ্প নোকপনচিংব তৌই। চাংয়েং অমথক্ত, চহী ৪০ গী মমাংগী থৌদোক ফাওব নিংশিংব ঙমথি। মসিন উংলি মতুদি brain গী মকম অমদ হায়গী memory শিংহু store তৌহুন লৈ।

শিনিংচিত্ত লৈকুরবদগী **Experience** - কনাগুম মীওই, শিগে তৌকরব অতুবু শিদি শিহৌত্রব মথোয়ন অসিগুম মথলগী experience সি ফংই। মথোয়গী পুন্সি পুম্মক ভাইহাক্তংহুদ মশাগী মীৎয়াংদ লোইন চোংথোরকই হায়ন মথোয়ন তম্মী। মথোয়ন উরিবক্ত মথোয়গী পুন্সিদ তৌথিব থুদিংমকুনি। মথোয়ন ফাওব্রব পোংশক ফাওব ভাইহাক্তংহুদদি মথোয়গী মীৎমাংদ লোয়ন থোক্লকই।

ফোতোগ্রাফীক মেমোরি—অতেনব মতমগী মমুংদ উথিব করিগুম অমবু চপ চান অমদি মপোপ কায়দন নিংশিংব ঙম্বহুবু photographic memory কৌই। মসিগী মেমোরিসি মতমগী মথা পোল্লি মসিদ অস্নকী মতীক চুম হায়ব ঙম্মী মতুদি চেবাং অমগী মথক্ত নম মথল মথেলগী dot শিশিং অমফাওব নিংশিংব ঙম্মী। মসিদগী থঙলে মতুদি short term memory অসি মপুং ফাই।

সাইন্টিষ্টশিংন থিজিনবদগী হৌজিক থঙব ঙম্রে মতুদি অয়াম্ব অঙাংশিংন চহী নৌরিবৈদ হায়রিব মথলগী memory সি তৌব ঙম্মী। অতুবু ঐথোয়ন অঙাংশিংদ Logic কী মরমদ, লোলগী মরমদ, অমদি মেথমেতিক্সনচিংবগী মরমদত্, খুঙনব ইনশিল্লি অতুগ imagination অমদি অতোপ্প mental skill শিংগী মরমদদি থোইন practice তৌহনবিরে, অতুন অসিগুম মথলগী memory সি মপ্রাজল হম্বথি।

মেমোরিগী লমদ পৃথিবীগীন খুংঙন ফাওরব ভারতকী রাজা মহাদেবা—হেন্দোক থোইদোকপ memory লৈব পৃথিবীগী মীশিংগী মরুংদ রাজা মহাদেবাম্ব অমনি। ১৯৮১ গী জুলাই তাং ৫-দ রাজা

মহাক্নেবান পাই (PI) গী value দ ডিজিৎ ৩২৮১১ নিংশিংখ. ঙম্বগী-দমক মহাক্ন অনৌব world record অম থমখি। অমুক হন্না মহাক্ন ১৯৮২ দ PI গী value দ digit 35000 নিংশিংহন্বা অমৌব world record অমমুক থমখি।

মহাক্ন মশিংশিংহু নিংশিংব মতমদ তশেংন হৌজিক হৌজিক তৌরিবা থবক্তম ময়েক শেংন শেংন মহাকী মীৎমাংদ মশিংশিংহু চোংথোক্লকই হায়ন রাহং হংব মতমদ মহাক্ন ফোংদোকখি।
মশিং নিংশিংবদ অঙকপ ফংন হৈ শিংলবমু মীগী মায়থোং নিংশিং-বদদি মহাক য়াম্না শোল্লি। করিগুম্বা মতমদ মশাগী সো কদাইদ থম্লগে হায়বহুক্তাওব মহাক কাওব য়াওই।

Russian 'S' পৃথিবীগী অফাওব _memorizer_ অম

Russia গী অফাওব memorizer অম লৈরম্মী মমিং "S" কৌই। মহাকী নিংশিংব ঙম্বগী পাঙ্গলসি অশুকী মতীক কল্লি মতুদি করিগুম্বা মহাক্ন চহী ১৪ মুক্তী মমাংগী অকক্নব ফুমিং অম পল্লগ ফুমিত্তুদ করি করি থোকখিবগে হায়ন মঙোন্দ হংলবদি, মহাক ঙাইহাক থনগনি অদুগ হংলকনি "পুং কয়া তাবদনো ?" অদুগ মহাক্ন হায়ব মতমদুগী মতুং ইন্না ফুমিত্তুদ থোকখিব থোদোক্ত হায়রকনি। মতম অদুগী রুশিয়াগী অয়াম্ব psychologist শিংন মহাকী মরমদ চহী ৩০ চুপ্প খিজিনখি। মদুদ psychologist শিংহন্না খঙব ঙমখি মতুদি "S" অসি চুম্নগী ইচম চম্ব ঐথোয়গুম্ব normal person নি অদুবু মহাকী নিংশিংব ঙম্বগী পাঙ্গলদুদি ফজন মপুং ফাই। খিজিনবদুদ মসিমসু খঙব ঙমখি মতুদি করিগুম্বা তাঙ্গা অমমগী "S" না "mnemonic technique" অসি অঙাং ওইরিঙৈদ থেংনখি মতু মহাকী নিংশিংব ঙম্নবগী পাঙৈ ওইন শিজিন্নখি।

"Mnemonic technique" কী মতাংদ মথং vol দ নৈনরকনি।

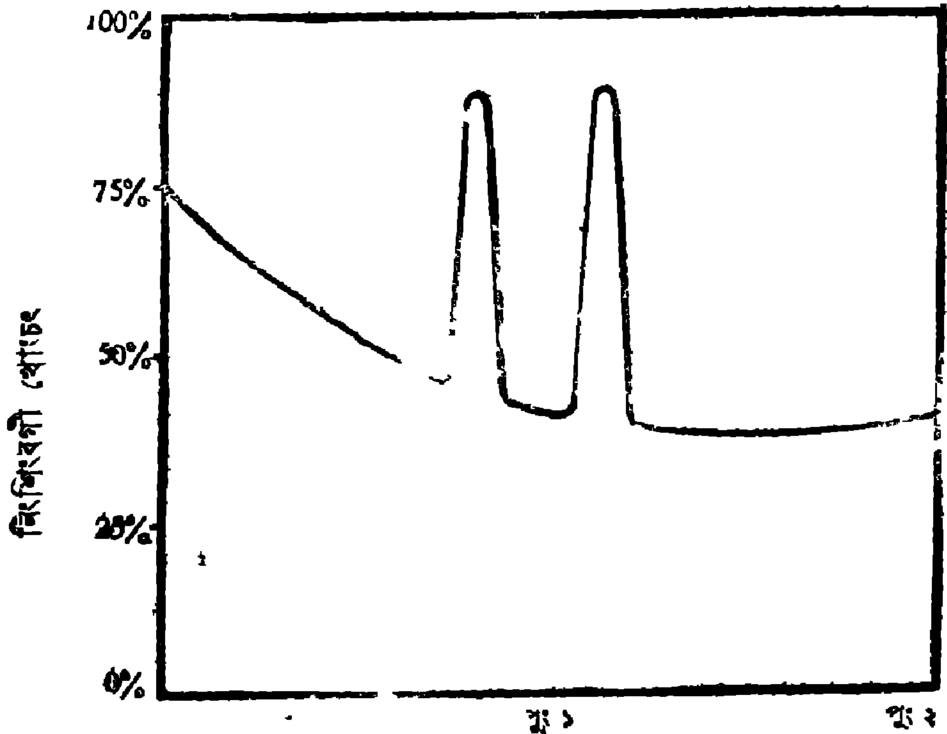
করম্না মহাকী _memory_ চাওখৎহনগনি -

চাংয়েং—মথাদী রাহৈ থরসি মহাকী মহোশা পাবগী চাং অদুক অদুমক পাও। পারদ তুংদ লাইরিকসি থুমজিল্লো অদুগ চে অমদ

নহাক্ন পাথিবত্তু নিংশিংলগ ইয়ু। ৱাহৈ পুম্নমক নহাকন নিংশিংব ভমদবস্নু য়াই মত্তু করিস্নু কায়দে। পাব হৌবো—

লাইরিক — শগোল কাংজৈ — মতম
চংপ — কজন — য়ুম
নহাক — খনব — অহীং
খঙব — পাইব — চাকলেন
কনাবু — মনিপুর বন্দ — হায়ব

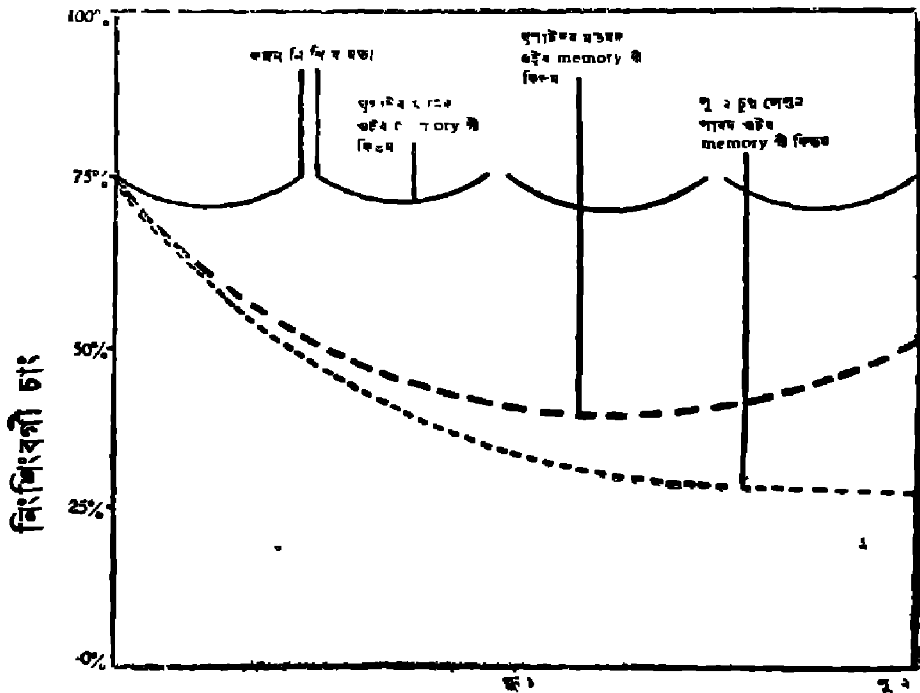
করিগুম্ব পরা অম ভম্নীতৈগী মমুংদ memory গী মথৌ অসি করম্ন পাঙথোক্লিবনো। হায়বসি মথাগী graph অসিদ উংলি গ্রাফসি 75% দগী হৌরে মরমদি standard learning ওইরবস্নু 100% খঙব নত্রগ 100% নিংশিংব হায়বসিদি ওইথোকনদে।



ভম্নীতৈ মমুংদ memory recalled তৌবগী মওং। ভম্ব হৌগৎলকপ অমদি লোইশিন্নকপ মতাংদ memory গী মপাঙল কণংলকই।

মমাঙগী graph ত য়াংখৎপ মতোন ২ থক লৈরিবসি য়েংঙু। মসিগী য়াংথৎলিবসি Special interest লৈখিব নত্রগ পুক্লিংদ থ্ক লাওব পোকখিব য়াহৈশিংত্থুগ মর়ী লৈনবনি হায়ন লৌগনি। মমাংদ পনখিব য়াহৈশিংত্থদ হায়ব তারবদি "শগোল কাংজৈ" অমদি "মনিপুর বন্দ" য়াহৈ অনীসিন ওইগনি। গ্রাফ অসিনমু উৎলি মত্থদি ঐথোয়ন করিগুম্ব'ম তম্ব হৌরকপ মতাংদ নিংশিংব ঙম্বগী চাংসি য়াংন লৈ। অত্থুগ মতমন খর খর কুইথরক্লগা memory গী চাংসি অস্থুম অস্থুম হম্বরকই। অত্থুবু learning lesson লোইশিল্লকপ মতাংদন নিংশিংবগী চাংসি অমুক য়াংখৎলকই।

লাইরিকনচিংব মতম শাংব পারগ memory গী ফিভম করম তৌই অমদি মরক্ত থ্গাইরগন করম তৌরকই হায়বত্থ মথাদ উৎলিব গ্রাফ অসিদ লৈনরি —



তম্ব হৌকম তম্ব লোইশিনফম

মরক্ত থ্গাইবন memory গী মপাঙ্গল কনখৎহল্লি।

করিগুম্ব'ম তম্ব লোইশিল্লকপ মতাংদ নিংশিংবগী পাঙ্গল ফগৎ-ন্নরিব অসিগী মরমদি লোইশিল্লকপ মতাংনিন brain অমদি পুক্লিংব য়াম্ব য়াইংশংব অরোইব মতাংদুতম্নক লৌশিনবগী থবক তৌই লোয়নন অনৌব তম্মুরিব মচাকশিংদু brain দ মকম চান চান লোইশিল্লব হোৎনবদ অতৈ information লৈত্রিবনিন মশা কোম্ব হোৎনরে। মুরম অসিন অহৌব অমদি অরোইবগী learning period অসিদ নিংশিংবগী পাঙ্গল অসি য়াম্ব কল্লিবনি। Learning pericd কী মরাই য়াইদদি নিংশিংবগী চাংসি হম্বরকই। য়াম্ব মুংঙাইব মতাং য়াওরক্লগদি অমুকস্থ য়াংথৎলকই। Graph মথল পুম্নমক মতাংসিদদি উৎত্রে।

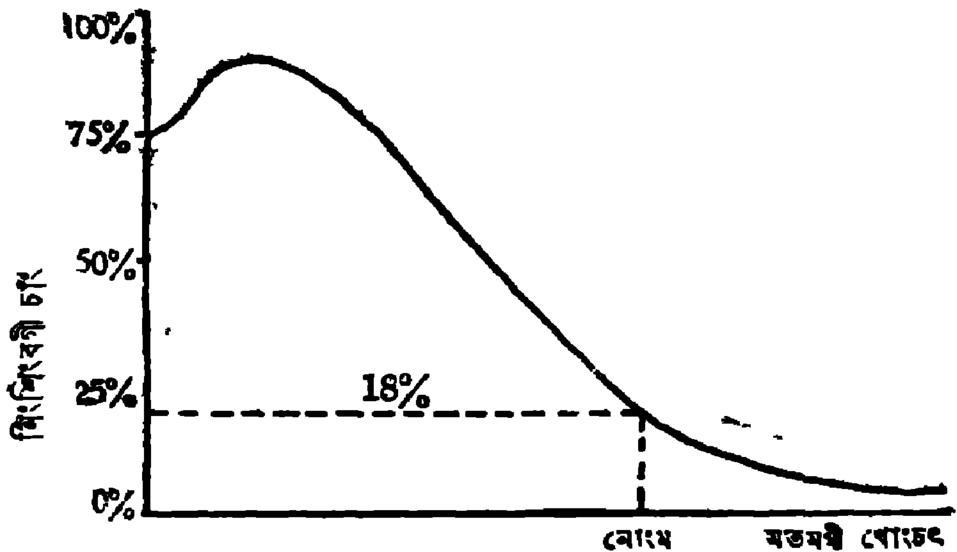
ঐখোয়্‌ন নিংশিংবগী পাঙ্গল অসি কুইন য়োকথৎতুন থব্ব ওম্নবগী-দমক লাইরিক পারিঙৈদ মরক্ত অমুক মুক থ্‌ৃগাইগদবনি (পোখাগদ-বনি)। চাওরাকন পুংথাই খুদিংগী ঙাইহাক ঙাইহাক (মিনিট ৫) থ্‌ৃগাইয়ু। মথক্তী থ্রাফ অসিদস্থ থ্‌ৃগাইবগী কান্নবদু উৎলি। পুংথাই খুদিংগী থ্‌ৃগাইরবদি পুং ২ গী মমুংদ learning pericd মরি লৈগনি। মদুগী অহৌব মরি অমদি অরোইব মরিস্থ লৈগনি। অহৌব মরি অদুদ নিংশিংবগী চাং য়াংগনি।

থ্‌ৃগাইরিঙৈ মতম মমুংদুদ Relax তৌগদবনি (মথং vol. দ breaking Routine নৈনরি)। Relaxation তৌরবদি নহাক্তী পুকনিং অমদি তোংশাগী চোকথব পুম্নমক কোক্তখিগনি intelligence কী চাং থাক য়াংলকনি। থ্‌ৃন পরা কাগনি।

মতম্ব অম্রুম অম্রুম কুইশিনপ্রগ নিংশিংবগী চাং করম্ব হোংলকপগে হায়বদুগী মরমদ হৌজিক অমুক নৈনসি।

Period অম তম্ব লোইবগ মদু কাওদনব নহাক্ত করি তৌগনি?

ঐখোয়্‌ন ক্লাস অম য়াওব, লেকচর অম তাব, আর্টিকল অম পাব নত্তগ লাইরিক অম পাব লোইরব তুংদ করম্ব মেমোরি তৌরকই হায়বদু মথাগী থ্রাফ অসিদ উৎলি।



তমথ্রব মতুংদ নিংশিংলকপগী মওং। Revise তৌত্রবদি পুং ২৪ গী মতুংদ ঐখোয়না ৮২% কাওথোকখি।

নোমেন্দ ওইনা তম্বদ ১০০% থওব নত্রগ ১০০% নিংশিংব ওই হায়বসি ওইথোকন্দে অদুম গ্রাফ অসি ৭৫% তগী হৌরে।

মরায় থল্লি মতুদি মতমগী শুম শুম হৌত্রগ নিংশিংবগী চাংসি শুম শুম হনগরকই। অদুবু মতাংসিদ অওকপ য়াফম অম থোরক্লে। মতুদি ঐখোয়না করিগুম্ব পত্রা অম তমত্রব মিনিট ১০ গী মতুংদ নিংশিংবগী চাংসি হেন্নগুম কগংলকই। মসি করিগীনো? মসিগী মরমদি ইচম চম্মী মতুদি ঐখোয়না করিগুম্ব'ম তম্ব হেক লোইখগ তম্লিব itern শিংছু Brain দ শিন্দোক শিজিন তৌব অমদি মকম চাম থমজিন্নব হোংনবদ খুদক্কুদ মতম কোয়নে। অদুম শিন্দোক শিজিন্ন তৌদুনা মকম চান Store তৌনব হোংনবদ মিনিট খর চঙই। অদুন শিন্দোক শিজিন লোইরগ তাইহৌক হায়বদি মিনিট ১০ গী তুংদ নিংশিংবগী চাং হেনগংলক্লিবনি।

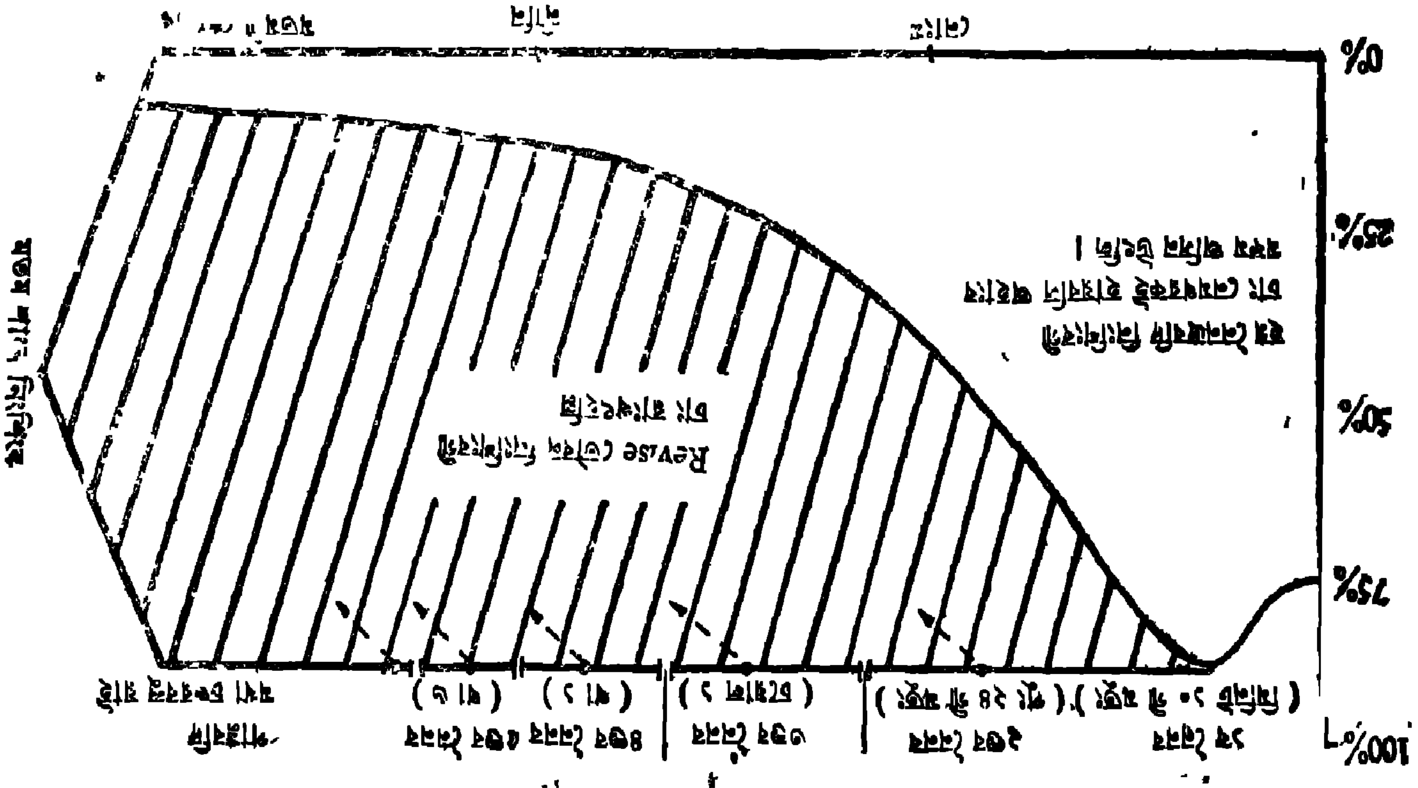
গ্রাফসিদ উৎলি মতুদি ভাইহাক য়াংলম্নব মতুংদগীদি মতমন লাপথোক্লকপ মতুং ইম্ন নিংশিংবগী চাংসি থওহন হনথি। পুং ২৪ গী মতুংদদি নিংশিংবগী চাংসি ঐথোয়দ ১৮% খক্ত ভাইহোরে। অহুগ ৮২% দি কাওখ্রে। মতেকসিদ নৈনরিবসি য়াম্ন য়ক ওইব রাকমনি। হৌজিক মতুংদ নৈনগদৌরিবসি চাং নাইন revise তৌরগ কাও-থোক্লীবসি করম্ন থিংগদগে হায়বগী মতাংদনি।

ঐথোয়ন করিগুম্ব পরা অম তম্ব নম্রগ পাব লোইরব ভাইহাক মতুংদ মতু ফজন নিংশিংভি। অসিগুম্ব অতেনব মতমগী মতুংদ নিংশিং-লিব অসিবু short term memory কৌই।

য়াম্ন লাবন নিংশিংব ওম্নবগীদমক চাং নাইন *Revise* তৌব অমদি *Daily Routine* পাওথোকপ—

তোয়ন revise তৌবগী কাম্নবসি ঐন হায়ার সেকেণ্ডরি পরিক্ষা খাব মতমদ খওথি। ঐ কেমেষ্ট্রি হৈনদে। অহুম ওইনমক করি খল্লুবননো খওদে মুম্মিং খুদিংগী ঐন chemistry লাইরিক্তু'ম হেক হেক revise তৌথি। অমুম্ন ঐন পরিক্ষা কমদ্রিতৈ মমাঙ থা। ৩ চুপ্প লেপ্তন revise তৌথি। পরিক্ষা কমগ্রে—রিজল্ট থোক্লকপ মতমদ হরাওবন ঐ লুতোন শাংথি মরমদি ঐন কেমেষ্ট্রিগী থীওরি পেপরদ মার্ক ৭০ গী মমুংদ ৬৮ ফংহুন লৈরম্মী। সবজেক্ত অতৈ অতৈদগী মতুন মার্ক ইহেন হেনগ্রে। মতমতুগী ছাত্র লিশিং নিফুগী মমুংদ ঐ 5th rank ত লৈব ওমথি।

Systematic revision তৌরবদি নহাকন তমথিব পরাশিংত্থু মতম শাংন নহাকন অহুমক নিংশিংহুন লৈগনি। রাকমসি মথাগী graph অসিদ উৎলি। নহাকন গ্রাফসি ফজন নৈনব মতমদ রাকমসি হেন্ন ময়েক শেংলকনি।



Learning period কী মতুংদ revise তৌবদ memory হেনগংবি।

মথক্ত উৎথ্রিবসি psychology reseach তৌরগ পুথোরকপ গ্রাকনি। গ্রাফসিদ উৎলি মহুদি করিগুম্ব period অম তম্ব লোইরব মিনিট ১০ গী মতুংদ নহাকন ভমথ্রিবহু revise তৌগদবনি। মহুগী তুংদ পুং ২৪ গী মহুংদ অমুক revise তৌগদবনি। মথং. চয়োল অম লৈরগ অমুক তৌগদবনি। থা অমগী মতুংদ অমুক তৌগদবনি। অহুদগী থা ৬ কী তুংদ অমুক তৌগদবনি। অস্নুম্ন হায়রিব revise তৌবগী মওং অসিদ করিগুম্ব নহাক্ন চথরবদি নহাক্ন ফাথিব পরাশিংহু মতম কুইন অস্নুমক নিংশিংহুন লৈগনি।

মতম শাংন নিংশিংব হায়বসি মতম শাংন কাওদব অহুবুনি (long term memory)।

Systematic revision হায়বসি ***short term memory*** বু ***long term memory*** দ বৈথিজিলহন্নব য়াম্ন মপাঙ্গল লৈরব Scientific technique অমনি। মসিমস্নু থওজিল্লু মহুদি Systematic revision অসিন নহাকী থওবগী চাং, রাথল থনবগী চাং অমদি নিংশিংবগী চাং হেনগংহনগনি। হায়বসি technique সি ফুংজিগী শিজিন্নরবদি কান্নবস্নু মথং মথং হেনগংলক্কনি। Revision technique অসি শিজিন্নব্রবদি নিংশিংবগী চাং নেমথরক্কনি, অকাওবগী চাংন ৱাংথংলক্কনি। অহুন কনাগুম্ব মহৈরোই অমন করিগুম্ব'ম ভম্ন্রিবহু মতম মাংহন্নবগীভ ওইন থোক্কনি। অহুন হায়রিব memory তৌবগী Technique অসি শিজিন্নো। মসিন অচৌ-অচৌব Competition কয়া য়াওবদ নভোন্দ হায়নিংঙাই লৈতন কান্নহল্লকনি।

নহাকপু *Super Success* ওইহনবিগদব *daily routine*

Daily routine গী কান্নবসি ফংনিংলবদি ওসিমক্তগী শিজিন্নব হৌ। নহাকী নোংমগী class work অম revise তৌবদ মিনিট ১৫ দগীন ২০ কাওবক্তং চঙহল্লু। মতাংসিদ য়াম্ন থ.ন পাব চঙই। [য়াম্ন থ.ন পাব ভম্নবগী technique chapter ৪ দ লৈনরি।]

Daily routine হায়বসি মরু ওইরব Scientific technique অমনি। নহাক্ন অতুক্কী মতীক ফজন শীভিন্নরিবমখৈ অতুক্কী মতীক মদিগী কান্নবস্ন ফংগনি। Daily routine গী মরু ওইব পান্দমদি নুংতিগী তম্ন, নুংতিগী ঔরাইব, নুংতিগী *revise* তৌব, অসিনি। নহাক্ন ক্লাসত করি তৌগনি অমদি যুমদন করি তৌগনি হায়বগী মরমদ routine অসিন শন্নোক্ন তাক্লকনি।

হৌজিক daily routine গী মরমদ নৈনরসি।

***Scientific* ওইন *revise* তৌবগী মওং :—** Revise তৌরগ করম্ন নিংশিংব হেনগৎলক্লিবনো হায়বগী মতাংদ ঐখোয়ন মমাঙদ নৈনখ্রে। তমপ্লব পরাশিং মিনিট ১০, নোংম, চহোল ১, থা ১, অম্নুম্ন মতম থাইদোক্লগ হঞ্জিন হঞ্জিন revise তৌগদবনি হায়ব psychology research তৌদুন পুথোরকপ graph অমস্নু মমাঙদ উৎখ্রে।

নোংমগী মনুংদ তমখিব class work শিংদু নোংমতগী মনুংদ ২রক হন্ন revise তৌগদবনি হায়ন গ্রাফতুদ উৎখি। অদুবু Daily routine দদি নহাক্ন তৌখিব class work শিংদু নোংমগী মনুংদ ৬ লক হন্ন revise তৌ হায়রি। করিগুম্ব নহাক্ন মসি তৌরবদি graph ত উৎখিবদুদগী হেন্ন ফজন নিংশিংব ঙমগনি।

মতাংসিদ নহাক্ন হংনিংগনি মদুদি revise তৌবদ অম্নুক য়াম্ব মতমসি করম্ন কাইথোকনি? মসি থনবদ নহাক জ্ঞান মাঙলম্ব য়াই। অদুবু নহাক্ন revise তৌব ঙম্নবগীদমক technique অহুমথক মথাদ পীরি। Technique শিংদুদি, অহানবদ, থু্ন পাব, অনিশুবদ, থুন revise তৌব, চেনা ১ revise তৌবদ সেকেণ্ড ৫ তমক চঙহল্ল। অহুমশুবদ থুন নিংশিংনব অমদি থুন revise তৌব ঙম্নব অথন্নব style অমদ নোট তৌব। (হায়রিব নোট তৌবগী style অসি "Mind maps" কৌই)।

ক্লাসত করম্ন *revise* তৌগনি :—ঙরাংগী ক্লাসত তম্মখিক-শিংদু ঙসি ওঝান ক্লাসত পরা তাকপ হৌদ্রিবৈগী মমাঙদ revise তৌহৌগদবনি। করিগুম্ব স্কুল, কোলেজ থরদদি কা হোং হোংদুনা ক্লাস তৌই। অতোপ্পা থরদন কা হোংদে।

ওঝা চঙলক্তি বৈঙে মমাঙদ করিগুম্বা নহাকন ক্লাস ক্ষমদা লৈরবদি ঙরাংগী পরাদু revise তৌব লায়ন থোকনি।

করিগুম্ব কা অমদগী কা অমদ চৎপা ওইরবদি থর খুরৌনব য়াই। অদু ওইরবস্থু ঙরাংগী পরাদু revise তৌগদবনি। ওঝাশিংন রোল কৌরিবৈঙে মখুৎদা revise তৌবগী মতম ফংগনি। করিগুম্ব ওঝান তাকপ হৌদ্রক্লাঙবদা মিনিট ১ ভং ওইরবস্থু ঙরাংগী পরাদু revise তৌ।

মথংদা, ক্লাসতু লোয়রবগা থুদক্তুদা তাকখ্রিবশিংদু revise তৌ।

য়ুমদ *revise* তৌবগী মওং

নুমিৎ থুদিংগী *revise* তৌব—ঙরাংগী class work অমদি নঙাগী study work শিং অদু অয়ুক্ত (হৌগৎপগ নত্রগ হকচাং শাজেল অমদি break fast লোয়রব তুংদা) revise তৌ। অমুক হন্না ঙরাংগী পরাশিংদু স্কুল চৎত্রিবৈঙদা revise তৌ। অদুগ ঙসি তম্নকপ পরাশিংদুন নুমিদাং তুম্নমদাইদা revise তৌ।

চয়োলগী ওইনা *revise* তৌব :—নোংমাইজিং থুদিংগী চয়োলদুমদা তৌখিব work পুম্নমক অনীরক হন্না revise তৌ। নুমিত্তুগী অশংব মতম অনীথক্ত হেক্ত তৌব য়াই। ফবদি অয়ুক্ত ১ অদুগ নুংথিলদা ১, অতোপ্পা মতমদা ওইরবস্থু য়াই।

থা অমগী ওইনা *revise* তৌব—থা অমদ নহাকন তমখিব পুম্নমক নোংমদা revise তৌগদবনি। হায়রিব revise অসি মতম য়াম্ন চঙগদব ওইবন নোংমাইজিং নত্রগ ছুটি নুমিং অমদা তৌ। খ্বাইদগী থুদোং চাবদি থাদুগী অয়োইব নোংম্যাইজিং নুমিংতুনি।

য়ুমদ লাইব্রিক পাবগী মওং

ঐথোয়্বন য়াম্ম থুন করম্ম revise তৌগদগে হায়বগী মতাংদ নৈনম্ব্রে। মহ্ য়াম্ম থুন পাবথক্লগী মতাংনি। মহুদ নহাক্ন পাখিব নত্রগ ওঝাম ভাকখিবহ্ চপ চান থওবগী রাকমদি য়াওদে। মরু ওইন revise তৌবগী মতাংদনি।

নহাক্ন পরা অম কানব নত্রগ খওনব হোৎনবদদি হাথু হাথু পারোইদবনি। রাকমসি অরুব মতাং (পরা) অম নিংশিংব অমদি মেথেমাতিক্সনচিংবগী মতাংদসুনি, হাথু হাথু তৌরোইদবনি।

য়ুমদ তৌগদবশিং—লাইব্রিক লাইও পাব অমদি revise তৌব থক্ত নত্তন নহাকী পুকনিং লৌশিং চাওথংনব হকচাং ফনব, লোয়নন নীংজব পস্থ্ং অম মায় পাকন য়ৌব ওয়্বগীদমক নহাকন য়ুমদ অতৈ মথল মথেলগী থবক থরম্ম তৌব ভাই।

মথাগী থরসি পাওথোকউ—মুংভিগী aerobic exercise মিনিট ৩০ গী তৌ। ভিতামিন অমদি মিনরেল চাও। মুংখিলগী মতমদসু তুম্মু। pratice test পাওথোকউ। মুংভিগী খোর শাজেল তৌ। অমদি relaxation technique শিং পাওথোকউ।

স্কুলদ তৌগদবশিং—মথক্তী পাওতাকশিংসি ইন্দুন চংলবদি নহাকী থওব ওয় অমদি হৈশিংবগী চাং রাংথংলকনি মতুন পরিক্ষাদ মার্ক য়াম্ম কংবদ. ভেংবাংগনি। মথাদ নৈনগদৌরিবসি ক্লাস য়াওব অমদি revising তৌবদগী হেন্দোকপ রাকম্ম থরনি। মতুদি—

নহাক কম্ম হোৎনরি হায়্বন নহাকী ওঝাদ রারী শাও। মওোম্দ হায়্ম্য, "ওঝা. ঐ MCS, (AIS, ICS নত্রগ নহাকন পাম্ব করিশুম্ব অম) ওইগে হায়্বন আশা তৌরি।" নহাকী ওঝান নহাকপু শোয়্দন মায় পাকহন্নীংগনি। নহাকন কম্ম হোৎনরি হায়বসি মহাকন থওগ্রব তুংদগীদি মহাকন নওোম্দ শোয়্দন ভেংবাংলকনি।

নহাকন practical test তৌখিব চেশিংহু ওঝাদ অচুম অয়ান য়েংবিয়্ হায়হুন পীশিন্নু অচুপ করম্ম হেন্ন ফগংকদগে ভাকপীন্নু হায়্বন ওঝাহুদ হায়জো।

নহাক্ত competition তৌনগদৌরিবসি নহাক্তী ক্লাসত লৈরিব, ছাত্র খরত্বগত নত্তে। নহাকন state level নত্রগ all India level দ competition য়াওগদৌরিবনি অত্তুন নমান্নবশিংদ নহাকন খঙজবত্থ রারী রাতাই শাত্থন মত্তেং পাংখো অত্তুগ মখোয়দগী কান্নবত্থ নহাকন লৌ।

পরিক্ষাদ অমদি *examination room* দ নহাক্ত তৌগদবশিং

পরিক্ষা চথরিবৈগী মতমত্থদ (ন্থুমিদাং) নিংখিন মপুং ফান তুমগদবনি। য়াম্ন কম লাইরিক পারোইদবনি অমদি হকসাং চোকথহল্লোইদবনি। করিগুম্ব নশা চোকথরবদি পরিক্ষাদ ফজন ইব ঙম্লোই।

পরিক্ষা চংলমদাই খুদকুদ চাক য়াম্ন চাশিল্লোইদবনি মরমদি মত্থন নহাক্তী রাখল লৌশিং ককচিলহনগনি। [মরম্ chapter ১ নৈনো।]

Examination room মন্থুংদ alpha breathing তৌ। অমদি নশা চোকথদনব relaxation তৌ। হাথু হাথু হেক্ত ইরোইদবনি। Question শিংত্থ হান্ন কুপ্ন জ্ঞান তান পাও। পাওথুম ইবগী প্লান হান্ন য়াংখোকউ মত্থগী তুংদত পাওথুম ইব হৌ।

খওক্সিনগদব খর:—লাইরিক পাব মতমদ য়ারিমথৈ থুন পাও। খবর নত্রগ মেগাজিন্নচিংব পাব মতমদদি Text book পাবদগী য়ামন হেন্ন থুন পাও। লাইরিক পারিবৈ মন্থুংদ পুংখাই থুদিংগী থুগাইয়ু।

লায়ন নিংশিংব ওম্নবগী *technique* খর:—নিংশিংবগী পাঙ্গল কজন কনথংহন্নবগীদমক হৌজিক অরাইব technique খর নৈনসি।

ঈশৈ মথল খরন নিংশিংবগী চাং হেনগংহল্লি:—ঈশৈ হান্নবসিবু করিনো? ঈশৈ হায়বসি খোঞ্জেল ঈথক অম ওইন লৌবত্থ য়াই। অত্থন ঈশৈ তাব নত্রগ ঈশৈদ পুকনিং লুপ্ন হায়বসি খোঞ্জেলগী ঈথক ইপোমদ ইরুজবনি। ঈশৈন নহাক্তী নাকোং অমদি পুকনিংদ ঈথিল পীবত নত্তন হকচাংদত্থ ঈথিল কাহল্লিবনি।

নহাক্ন পামজব ঈশৈ অম তাবদ নহাক্কী পুক্নিং অমদি হকচাং পোথারমগনি। মসি EEG ন ব্রেইন wave নৈনবদসু থগুই। অথম্নব ঈশৈশিংন brain দ alpha wave হেনগংহল্লি। Alpha wave হেনগংলকপ মতমদ ঐথোয়গী হকচাংন কক্তন পোংথাই।

থুম্লং ঈশৈ নত্রগ মহোশাগী ঈশৈ হায়বদি উচেকন মুংশিন থোংবা; তুরেলগী তাম্নব ইরাওথোল, নোং চুবগী জ্‌ জ্‌ লাওব মথোল, অমদি ঈশিং চাইবীন চিংবগী খোজেলশিংসিন নহাকপু relax তৌহনগনি।

ফিলম ঈশৈ নত্রগ নোংচুপলোমগী Rock-n-Roll মিউজিক-শিংনসু নহাকপু পোথাহনব য়াই। মসি নহাকন পোথাব (relax) হৈবগী মথক্ত লৈরে। অহুবু চরাংনব music শিংদি relax তৌবদ কম্না পকুগদে থুদম ওইন তবলা অমদি ত্রম খীনবদ কনাগুম্বন relax তৌব ঙমদব য়াই। মহোশাগী ঈশৈ অমদি সিতারগুম্ব বম্নসি relaxation গীদমক্তদি য়াম্ন পকনৈ।

Memory map—Scientific ওইরব নোট তৌবগী পাম্বৈ

Memory map হায়বসি note হৈব অমদি note তৌবগী য়াম্ন কান্নরব Scientific ওইরব technique নি। করিগুম্ব'ম নিংশিংব মতমদ মসিন নঙোন্দ য়াম্ন তেংবাংগনি। পুকনিংন থবক তৌবগী মওং অহু মসিগী note সি তৌব মতমদ শিজ্জিন্নৈ।

[Memory map কি মতাংদ মথং vol দ নৈনরি]

অনৌব থবক অম হৈব হায়বসি থঙচোং চোংবনি

নহাকন করিগুম্ব অনৌব থবক অম হায়বদি সাইকল থৌব, বনান চুম্ন হৈব. অমদি ফজ্জব রারেং অম হৈব অসিনচিংব থবকশিংসি হৈবসিদ থঙচোং চোংব অম চঙই।

নিংশিংঙু নহাকন সাইকল থৌব তম্বদ মতম থরদি তকহৈ হৈরম্মোই, তুশিল্লমগনি। থরনি হোৎনরব তুংদ নোংমদি ইথঙ থঙহৌদন থঙহৈ হৈরমগনি। থঙহৈ হৈত্রিতৈ মমাংদ মতম থরদি

কম্ম ভম্ব মত্রগ কম্ম হোৎনবা চঙই। মতুদম্ মতম থরদি হৈব ভুকতম ভম্মোই। হৈব হেনগৎলকপম্ লৈমোই। অতুদগী থরনি মতুংদদি থংহৌদন থঙহৈ হৈরকনি। বাকমসিন উৎলে মচুদি নাহাকন ফুংভিগী মতম কাইথোকুন হোৎনরবম্ হোৎনম্বিব চাংচুগী মতুং ইম্ন নহাকন ফুংভিগী হৈবগী চাং হেনগৎপ ভমদে।

মরম অতুন নহাকন পরা ফাব ভম্বগী চাং হম্থরবম্ পুক্নিং হম্থরুগম্ ফুংভিগী লেপ্তুন হোৎনৌ পোলোইদ নহাক শোম্নদন থঙহৈ হৈরকপ ভাজা অম লাকনি।

মসি ঐন class IX তম্লীডৈদ থোকখি। ঐহাক ইংলিস য়াম্ম শোম্লি। ক্লাসত ওঝান ঐবু লেপখৎহম্লগ (Direct Indirect অমদি Active Passive) English grammar গী মরমদ হাহং কম্ম হংঙি ঐন ফুংভিগী লাম্নত থুম্মী। মচুগীদমক্ত ঐ মীয়াম মমাংদ শাথিন হৈনদব অমদি ইকাইব পোকখি। ঐ ফুংডাইতব অমগ লোয়নন English grammar গী লাইরিক অম লৈরুরে অতুগ ফুংভিগী চাং নাইন ঔরাইরম্মী। অদুবু মতম কন শাংন ঔরাইরকাওবদ হৈব ভুক-হেন হেনগৎলমদে। থা ভরুক্তী পরিক্ষা মতম য়ৌরক্লফাওব হৈরমদে ঐ মুংশা থিরম্মী। অদুবু ইথঙ থঙহৌদন চয়োল অনীমুক্তী মমুংদ ঐঙোন্দ চময়রম্বশিংদু কোকথিদুন জ্ঞান থভতা ভারকখি। মতুংদ হৈবগী চাং মুম মুম হেনগৎলকুন ক্লাসতুদ English ত ঐন থ্বাইদগী ফব ছাত্র ওইথি ওঝান হংলকপ য়াহংশিংগী পাওথুমম্ চুম্ন থুম্ব ভমথি।

Break Routine—অমুক্তদ মতম শাংন লাইরিক পারবদি নিংশিংবগী মপাঙ্গল শোম্থরকই। অদুন মরক্ত হায়বদি পুংথাই থুদিংগী মিনিট ৫/৫ পোথাগদবনি। অম্মুম্ন মরক্ত থুগাইবম্নিবু break routine কৌই। পোথাম্নিডৈদ তৌগদবশিং - লেপথৎলগ অপাম্ব stretching excercise অম শাম্নৌ মত্রগ খোর শাজেল শাম্নৌ। পরিক্ষা হোৎদদি খোর শাজেলভমক শাম্নৌ মতমম্ মিনিট অমতং থুগাইদু।

৪

থুনা পাব ঙমনব থুদোম্বী শীজিন্নব

মমাংগী ঙাক্কশিংদ—য়াম্না থুনা পাগদবনি, য়াম্না থুনা revise তৌগদবনি চেনা অম revise তৌবদ শুপ্পগী সেকেণ্ড ৫ ঙমক চঙহনগদবনি খা অম চুপ্প ওন্নকপ পরাবু নোংমাইজিং অমদ পুন্নমক revise তৌগদবনি হায়বনচিংব য়াফম কয়া ফোংদোকখ্রে, অদুবু লুরিবদি মতু করম্ম তৌগদগে হায়বসিনি। ঙেনথুব মতম মতুংদ অদুক য়াম্ব পরাশিংদু করম্ম revise তৌগনি। সেকেণ্ড ৫ দ চেনা অম revise তৌব হায়বসি অরাইব থবক নত্তে। য়াম্না থুনা পাজবদি য়ারোই। চুম্মী! য়াম্না থুনা পাগদবনি। অদুকী মতীক থুনা পাগদবনি মতুদি রাই তৈবগুম মীৎন চেনাশিংদুদ নাল্লগ চৎকদবনি।

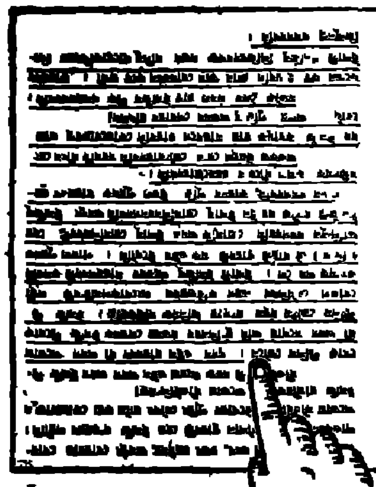
নহাক য়াম্না থুনা পাব ঙম্মোই হায়না নপুক্লিংদ খনত্র? চিংনগনু। করিগুম্ব থবক অমদ নহাকনা তৌব ঙমগনি হায়না থঞ্জরিব চাং অদুদগী শরুক কয়া অম হেন্না থবকু তৌব ঙম্বগী পাঙ্গল নহাকী নশা মতুংদ য়াওজরি। অদুন নহাকনা পাব ঙমগনি হায়না থঞ্জরিব চাং অদুদগী য়াম্না হেন্না অমদি য়াম্না য়াঙনা নহাকনা শুকশোই শোইদনা পাব ঙম্মকনি। থুনা পাব ঙম্নবগী technique খর মথাদ পীরি মসি কান্থোকুনা চৎকম্নু practice তৌরব তুংদ নহাক নশান নশাবু থাজরকনি।

হৌজিক হৌজিক লৈজরিব নহাকী *reading speed* তু য়েংশি

পাবগী চাংয়েংশি তৌনব অতোপ্প লাইরিক অম শিজিন্নো। চেনা হাংদোকউ রাহৈ ৫০০ মশিং থীদোকুনা থম্মু। রাহৈ ৫০০ অদু হৌবদগী লোইব ফাওব পাও। নহাকনা হাম্না পাবগী চাংদ অদুমক পাগদবনি। থ্বজিন্না নত্রগ ওপথন পারোইদবনি। রাহৈ ৫০০ দু পাবদ মিনিট অমদি সেকেন্দ কয়া চংবগে য়েংউ, মতু চে অমদ ইশিল্লু। হৌজিক লাইরিক্তু থমজিনখ্রো অদুগ চেনাসি হাংদোকউ।

খুদোম্বী শিজিন্নবগী *technique*

Practice Exercise I—তাক্লিব বাকমশিংসি থওব ভম্নব পেরাগ্রাফসি হায়্ন লোয়্নবা পাখোকউ। মতুংগী তুংদ practice তৌ। লাইরিকসি (অতোপ্পা অম ওইরবসু য়াই) মথৈ মকোক ওখোক্লুনা থম্মু। হৌখিক লাইরিকতু নহাকনা মনীং মমাং ওন্ননা উরগনি। মখাগী লাইন্নেক অসিগুম্ন খুদোম্বী অহু লৈয়্বি মথাদ তপ্না চিংঙু অহুগ পাও। খুদোম্বীনা চৎপগী মতুং ইন্না মীৎ অহুমসু চৎলু। খুদোম্বীহু অতোপ্পা পারেংদ হেন্দোক হেক্তিন তৌদনব চেকশিল্লু। অমম্ন মিনিট ৫ practice তৌ। মমাংদসু হায়খিবহুনি practice কাখোক্লুনা চৎকদ্রু। করিগুম্ব practice তৌদনা কাখোক্লুনা চৎলবদি নহাকনা য়াংনা পাব ঙম্লোই। কজুন ভাব তানব পেরাগ্রাফসি অমুক হন্না পাও।

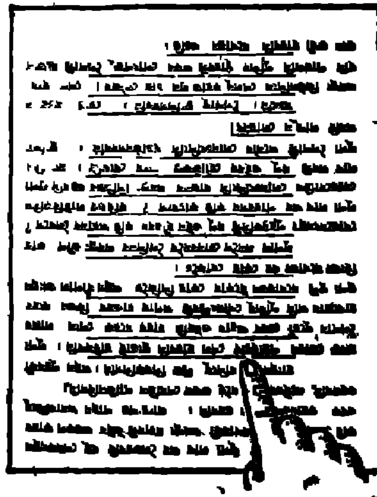


খুদোম্বীনা পরেং থুংনা চিংহুনা মীৎপু থুনা পাব তম্বীব

অমম্ন মিনিট মতা লাইরিক মনীঙ মমাঙ ওখোক্লগ practice তৌরব তুংদ মথাগী অসিমুক practice তৌ। (প্রাকতিস তৌবদী-হমক্তদি লাইরিকসিদা মতম্রবসু অতোপ্পা লাইরিক অমদা তৌরবসু য়াই)।

Practice Exercise 2—হায়্র তৌখিবত্তুগুম লাইরিক্তু মনিং মমাং ওস্থোক্র থয়্রগ পাও। পাব মতমদ রাহৈ অমকাওব খুডনব হোৎনরুগনু। খুদোম্বীহ্ লেগ্তুন চিংনবত হোৎনৌ অদুগ খুদোম্বীন চৎলিমথৈ মীংনস্নু মতুং ইন্দুন পরপ পরপ পাহল্ল। খুদোম্বী-ঈনবহ্ চাং নাইহল্ল। নহাক্কী খুদোম্বীহ্ থর থর য়াওন চিংব কৌরো স্নুম থর থর য়াওথংলু মমৈথংদ ভল্লীবমথৈ য়াওন চিংভু। practice সি মিনিট ৫ তৌ। মিনিট ৫ গী তুংদ মখাগীসিমুক তৌ।

Practice Exercise 3– মতাংসিদম্লু হায়্রগী মতৌগুম লাইরিক্তু মথক মথা ওস্থোক্তুন পাও। হন্দক্তি নহাক্কী খুদোম্বীহ্ মতাই অমদগী মতাই অম য়্যৌন চিংলগম্লু মখাদ উৎলিব অস্নুম্ল মতাই অনীমক্ত থর থর থাদোক্লস্নু। খুদোম্বীহ্ চাং নাইন ভল্লীবমথৈ থুন চিংনব হোৎনৌ। মিনিট মভা প্রাকতিস তৌ।



মতাই য়্যৌদন খুদোম্বী চিংহুন মীৎপু থুন পাব তম্বীব

Practice Exercise 4 - হায়্রগুম্ল নত্তব হন্দক্তি লাইরিক্তু মাইওঁন চুম্ল থম্লু। মীৎন য়্যেংবগ লোয়্রনন খুদোম্বীন রাহৈ পরেংশিংগী মখাদ চিংভু। কর্রিগুম্বীমত খুডনব হোৎনরুগনু। খুডবগী রাদি

৭০% নত্রগা ৮০% য়োরগ লোইরে। য়াম্ম মরু ওইরিবদি নহাকী খুদোম্মীন অম্মুকী মতীক য়াওন চৎপ মতমদ নহাকী মীৎ অত্নন মতুং ইন্দুন য়াহৈশিংছু পাব ওম্নত্র হায়বসিনি। মিনিট ৫ practice তৌ।

হৌজিক নহাক্কী *reading speed* তু অমুক য়েংলসি

মমাওদ তৌখিবগুম খুদোম্মীছু লৈরিগী মখাদ চিংও। য়াওন চিংও। চিংলিঙৈদ নহাক্ক য়াহৈ খুদিংমক ফজন থওব ওমদব য়াই।- য়াহৈ চিখব য়াওখ্রবম্মু করিস্নু কায়দে। পাব মতমদ চীন লেওগম্মু অমদি থোক্কেলম্মু থোকম্মু।

নহাকন করামুক থুন পাব ওম্নবগে হায়বছু য়েংসি (মমাংদ তৌখিবগুম লাইরিক অম শিজিন্নৌ)। য়াহৈ ৫০০ মশীং খীছুন থম্মু। মতম য়েংও অত্নগ পাও। য়াহৈ ৫০০ ছু পাবদ হন্দকন মতম কয়া চংবগে য়েংও অত্নগ চপ চান ইয়ু।

প্রাক্তিস তৌরব মতুংদদি মী অয়াম্বন হায়গী চাংদগী তংথাই অমদি থুব হেনগৎকল্লি। [পাবগী মরমদ হেন্ন শুগাইন মথং vol. দ নৈনরক্কনি]

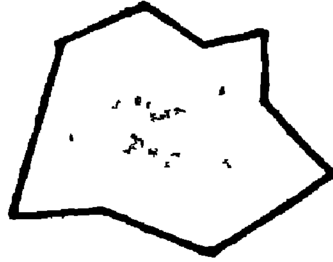
ঐখোয়গী brain অমদি মীৎ অসিবু প্রাক্তিস তৌহল্লবদি হায়দগী হেন্ন য়াওন পাব ওম্নকই হায়বসি হৌজিক্তি নহাক খাজরম্নগনি। পারিঙৈদ থওহৌদবগীদি থোরদোক্ক থল্লগম্মু। ওসিদি অহানব মুমিংনি অত্নন পুন্নমক থওব ওমথিরোই।

প্রাক্তিস লেপকম্মু। মুমিং থরনিতংগী তুংদ নহাকী থওবগী চাং শোয়দন হেনগৎলকনি। চয়োল অমগী মতুংদ নহাক ফজন থওলকনি। নিংশিংগদবদি নহাকন য়াহৈ খুদিংমক নিংশিংব ওমদব মতাং শোয়দন য়াওরকনি। অত্নবু মছু করিস্নু কায়দে।

থুন পানব হোৎনবদ করিগী খুদোম্মী শীজিন্নরিবনো?

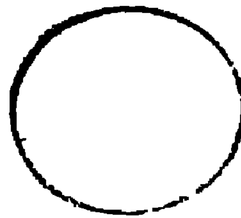
মসি থওবদ মুংওাইব য়াকমনি। চাংয়েং অম তৌ। কুত অম লাপ্প নৈব নৈমাই অমদ ভাবন লাকশিন্দুন মমীৎন (eye movement)

তৌদ্রন) Circle অম য়েকউ হায়ন নহাকী মরুপ মুমদ হায়রু। মহাকী eye movement তু য়েংঙ্। চাওরাক্লা মখাগী diagram অসি মাল্লমগনি।



মীৎয়েংতন য়েকপ Circle

হৌজিক নহাকী খুদোম্বী অদুন মহাকী মীৎমাংদ circle অম য়েকউ অদুগ মহাকী মমীৎতু নহাকী খুদোম্বীদুগী তুং ইলহল্লু। নহাকী খুদোম্বীগী তুং ইনবদ মহাকী মীৎন কোইরক কোইব মখাগী circle অসিগ মান্নব লাইয়েক অম য়েকপ ঙমগনি। মসিনি খুদোম্বী শিজিন্নবগী কান্নব।



মীৎন খুদোম্বীগী মতুং ইন্দুনা য়েকপ Circle

খুদোম্বী শিজিন্নবন হঞ্জিন হঞ্জিন পাবদগী কল্লি। লোয়নন রাহে অমমমতং পাবগী মহুত্ত পুল্লপ পুল্লপ পাব ঙমহল্লি। মরম্ অদুন নহাক্ন খুদোম্বী শিজিন্নদুন থ্‌ন পাবগী practice অসি খুংলোয়রি-কাওব তৌ।

থ্‌ন পাব ঙমক্লব তুংদদি খুদোম্বী শিজিন্নব্রবন্ন য়াগনি।

৫

থাজব হায়বসি করিনো

থাজবা হায়বসি ঐথোয়গী চুম্মী হায়ন থনব রাথল্লোন অদুবুনি। মসি পোংশক ওইব য়াই, কাংলোন ওইব য়াই, opinion অম ওইব য়াই নত্রগ মীশক অম ওইবসু য়াই। ঐথোয়গী ওঝা অমবু লমচৎ ফজবগী, পুকচেল চাওবগী, খবর মেগাজিন অমদি লাইরিক লাইশুন-ৃংব পারমগনি হায়বগী মাইকৈদ থাজব থম্মী। ডোক্তর অমদন অনা লায়েংগী, চীঞ্জাক্তী, ইকচাং শাজেলগী অমদি হীদাক মচলনচিংবগী মাইকৈদ খগুলমগনি হায়ন থাজব থম্মী।

থাজব হায়বসি মপাঙ্গল য়াম্ন কল্লি। থাজবন ওইহনব থৌদোক থরগী রারী মথাদ পীরি।

World record থর করম্ব থ্‌গাইথি—২০ শুব চহী চাসিগী তংথাই কাওবদ শান্নরোইশিং অমদি trainer শিংন মীওইবগী হকচাং অসিন মিনিট মরিদ মাইল অম লমজেল চেনব ঙম্লোই হায়ন থাজনরম্মী। অদুবু ১৯৫৪ গী মে থাদ লমজেল চেনব মুপা অমন মিনিট মরিগী মনুংদ মাইল ১ চেনব ঙমখি। মগাক্তী তুংদ চহী অদুমক্তী জুন থাদ অতোপ্প নিপা অমসু চেনব ঙমখি। অদুগী মতুংদগীদি মীওই চা কয়া মিনিট মরিগী মনুংদ মাইল অম লমজেল চেনব ঙম্নরকখি। খুদমসিন উংলি মদুদি ওইথোক্লোই নত্রগ ঙম্লোই হায়ন পুকনিংদ থাজব অসিন হকচাংবুসু অফা অপুন্নহল্লি অমদি খবক্ক পাংথোকপ ঙমহন্দে।

Weight lifting গী মতাংদসুনি পাউণ্ড ৫০০ অসি মীওইবগী হকচাংন থাজংপ ঙম্বগী অরোইব ঙমথৈনি হায়ন থাজনরম্মী। weight lifter অয়াম্বন পাউণ্ড ৪৯৯ থাঙ্গৎপদি ঙম্নরম্মী অদুবু ৫০০ দি কনামতন ঙম্নমদে। নোংমদি সোভিয়েৎকী weight lifter ভাসিলি আলেক্সিভ-ত মহাক্তী ওঝান পাউণ্ড ৫০১ ৫ হাপচিলম্মী অদুবু মতোন্দদি পাউণ্ড ৪৯৯ থক্তনি হায়ন হায়রম্মী। ভাসিলি আলেক্সিভ-ন মদু থাঙ্গৎখি। পাউণ্ড ৫০০ দগী হেন্ন থাঙ্গৎপ-ঙম্লোই হায়ন থাজনবীদু মহাক হেক থুগাইখিব মতুংদগীদি অতৈ weight lifter কয়া অমসু পাউণ্ড ৫০০ দগী হেন্ন থাঙ্গৎপ ঙম্নরকখি।

থাজব হায়বসিন করম্ম থবক তৌরিবনো ? থাজবন থবক তৌরিবসি নহাকী পুক্নিং অমম্ভুং হকচাং অনীমক্তনি। মীওইবগী brain দ neuron (brain cell) ১৫,০০,০০,০০,০০০ (ক্রোর ২৫০০) রোম য়াওই। হায়রিব brain cell খুদিংমক অসিন cell অমমমগ cell লিশিং ৫ দগীন ১০ ফাওবদ connection তৌনৈ।

ঐথোয়গন করিগুম্ব অনৌব পরা নত্রগ থবক অম তম্ব মতমদ brain cell শিংগী মরুংদ অনৌব connection অম শেমগংলি। হৌরক্তিন হনক্তিন তম্বদ নত্রগ তৌবদ হায়রিব connection অদু মপাঙ্গল কনথংহল্লি অমদি হেন্ন চেংশিলহল্লি। তোঙান তোঙানব experience কী মতুং ইন্ন হায়রিব network (brain cell গী থবক) অদু মওং হোংদোক হোংক্তিন তৌই।

পুক্নিং অমদি হকচাং অনী অসি মরী লৈনৈ। মসি মমাংমৈদ ডোক্তরশিংন মরী লৈনৈ হায়ন থাজনরম্নীব অতুদগী য়াম্ন হেল্লি' রাফমসি নৌন খঙনরকপনি। চহী ১০ মুকসিগী মরুংদ মসিমম্ভ পুথোবক্নী মতুদি brain দগী হকচাংদ পাও পুনব কেমিকেল ৫০ দগীন ৬০ ফাওব লৈ। মসিবু endorphins কৌই। মমাংঙৈদদি endorphins অসি brain দত য়াওই হায়ন থাজনরম্মী অতুবু হৌজিক্তি হকচাংদম্ভ য়াওব থেংবরে। মসিন হকচাংগী cell খুদিংমক্ত পাও বৌহল্লি।

হায়রিবা chemical শিং অসিন অরাব, মুংঙাইব অমদি থাজব অসিনচিংব মথল খুদিংমকী পাও পুই। খুদম ওইন নীপা অম চীংয়াদ চংলি হায়ন থল্লসি। মহাক্ত মোংশোং অমদ লিন মানব মরাং মরাংব উরি অম থঙউ উরুরে। মহাকী পুক্নিংনদি মতু অশেংব লিম্নি হায়ন থল্লী। পাও অদু brain গী মফম খুদিংমক্ত য়ৌগ্রগনি মতুংদ spinal cord ত থাগ্রগনি মতুগী মতুংদ হকচাংগী মফম খুদিংদ শিন থুংন অমুক থাগ্রগনি। মীকুপ্ত হকচাংন খুদোংথীব অতুগী মরমদ থঙলগনি খঙবগ খুদক্ত মতু মায়োক্তনব হকচাংন শেম শারকনি। থম্মোয়-চোংব হেনগংলগনি, ঈগী থোঙজেল কনথংলগনি, শোর খুক্তিম্ন হোল্লগনি। Brain দগী ঈ থোঙ অমদি খুংকী তোংশাশিংদ চেনশিনগ্রগনি। মতুগী মহৈন নীপা অদু হোংতুন চেন্নব নত্রগ লিন্দু হাংনব ফিভম

অম শেম্নক্লগনি। অসিগুম্ব থৌদোক অসিবু "লাম্বেংনব নত্রগ লাঞ্জেনব" হায়ন থগুনৈ। "লিন" হায়ব য়াথল অমথক্তুন মহাকী হকচাংগী কিভম ময়ামন্থু ওইহল্লিথনি।

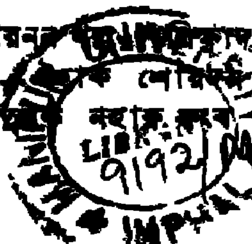
মতৌ অম্নুম্ন ঐথোয়ন থল্লীব য়াথল অমগী মতুং ইন্ন ঐথোয়গী হকচাংগী ফিভমস্থু ভোঙান ভোঙায় হোংঙি নহাকী পুক্লিংন থল্লীবন্থু নহাকী হকচাংন থগুঙি। মন্থুগী মতুং ইন্ন হকচাংন থবক তৌরক্ননি। মসিগী অর্থদি থাজব অম হায়বসি চুম্নতগী idea অমর্থক নত্তে মসি ঐথোয়গী হকচাং কম্নাংলোনগী মতুং চল্লি হায়বসিনি।

ডাঃ দিপক চোপ্রা পৃথিবীগী লৈবাক কয়ান বা ঙাংবিরনবগীদমক্ত থাত্তোন তৌনরিব USA গী অকাওব দোক্তরনি। মহাকন হায় "য়াথল থনব হায়বসি brain গী chemistry দু প্রাক্তিস তৌবনি।"

নহাকন পুক্লিং ঙ্গুঙাইরব নত্রগ নহাক্ক হোংনজরিব থবক অম মায় পাক্লনি হায়ন থাজরবদি মন্থুগী পাওন্থু (য়াথলন্থু) নহাকী হকচাং পুম্নমক্ক চঙখিগনি। মন্থুন নহাকী হকচাংন্থু তেকথংহনগনি, ঙ্গুঙাই-হনগনি অমদি থিং থিং লাওহনগনি। অন্থুগ নাকল অমরোমদ নহাক্ক নথরাই ঙ্গুংঙাইত্রবদি নত্রগ য়ারবদি নহাকী হকচাংন্থু তুক্কক তুক্নাই চনগনি, তুকথগনি অমদি চোকথগনি।

মথক্ত নৈনখিবশিং অসিদগী থগুলে মন্থুদি ঐথোয়ন থল্লীব য়াথল অসি brain ন হকচাংদ য়োহল্লি। হকচাংনস্থু brain ন য়োহল্লক্লীব য়াথল অন্থুগী মতুং ইন্ন থবক তৌরকই। অন্থুন করিগুম্ব নহাকন "ঐ শোয়দন মায় পাকনি" হায়ন থল্লবদি নহাকী brain ন নহাকী হকচাংদ মায় পাকনবগীদমক থবক তৌরো হায়ন থৌদারক্নি, নহাকী হকচাংনস্থু মন্থু থবক ওইন পাংথোক্লক্ননি। অন্থুন নহাক মায় পাক্লনি। নাকল অমরোমদ, করিগুম্ব নহাকন 'ঐ ফেল ওইগনি" হায়ন থল্লবদি নহাকী brain ন হকচাংদ হায়গনি, "কায়দে হোংনরক্নু! ফন হোংনরস্থু পাস তৌব ঙকঙম ঙম্নরোই।" অন্থুদগীদি নহাকী হকচাংন্থু ভম্বরক্ননি, লাইরিক পানিংলরোই। পারবস্থু পরা কাখ পাক ঙম্নরোই। অন্থুন ফেল ওইরগনি।

মরম অন্থুন থাজবগ লোয়নন্না পরিক্ষাদ মার্ক য়াম্ন ফংগনি... ওঝান ঐবু জুন তৌবিগনি...... নহাক শোয়দনা মায় পাকনি......।"
হোংনৌ! নহাক্ক থল্লীবগুম্বা নহাক্ক অমা ওইগনি।



থৌনাওজম অশোক্কী ফোংথ্রবা লাইরিকশিং

ডা. শিংন্দন গোবিন্দ শাক্ষান

মিংচৎ, লন থুম, Success অমদি Power হাযবিব খুদিংমকসি ফংনবগী লম্বী-তাকপ লাইবিক্কী, তঙ্কক ১৮ যাওবি । পৃথিবীগী অযাম্ব লৈবাকশিংন শকখঙবগ লোযনন আমেবিকাগী Library of Congress ন অখন্নব মনা অম পীবব লাইবিকনি। লাইবিকসি নৈনব মতমদ নহাক্কী লৈজবিব থৌনা লিংজেল পুম্নমক খঙহৌদন মসোং কাবক্কনি ।

মমল লুপা : ৬০/-

পুন্সিদ কবম্ম মায পাক্কনি

লম্মুকনবব ব্রাখল অমবু মঙাল পীব ঙম্ব তাঙ্কক ৭ য়াওব লাইবিকনী । নহাকন নীংব কায়বক্কব, উপায লৈবকত্রব অমদি আশা অমত্ত উবক্কব মতমদ লাইবিক অসি পাদুন যেংঙু ! কবিনো হীদাক অমদি শোযদন পীবক্কনি ।

মমল লপা : ৩০/

নমথাক্কী মাযখম হাংদোক্লকপদ
(মলেম শিন থুংন লুপা লাক্ষ ১গী চেলেন্‌জ লাওবিব লাইবিক)

অপং থাজনবীন কুপশিন্দুন লৈবব খুন্নাই অমগী ব্রাখল্লোন, ব্রাখল্লোন্দুগী খুদোং চাব লৌবগ তীনবু লাইপুবশিংন শান্নবিব থোক-মোক, অদুগুম্ব থোক মোকশিংদু ডা: কোভুবন কবম্ম ফাখিবগে হায়বদু লাইবিকসিগী মনুংগী লমাইশিংদ ফোং ফোং শান থেংনবীগনি ।

মমল 1 Vol - I Rs 35/- 2 Vol - II Rs 30/

কবম্ম পরিক্ষাদা মায় পাক্কনবা

মীওই অযাম্বন mind power সি 10% গুম্বত্তং শিজিন্নৈ অদুগ 90% দি শিজিন্নবীদন অবেম্বদ লৈ হাযন সাইন্টীস্টশিংন ফোংদোক্কি । অদুন নহাকন শীজিন্ননিংব মওংদ নৈখাইদুন শিজিন্নবদ brain গী power তংখাই অমফাওব মযেং তাবোই । Mind power কবম্ম শিজিন্নগদগে হাযবদু লাইবিকসিদ নৈনবি ।

মমল লুপা : ২০/-